UNIWERSYTET MARII CURIE SKŁODOWSKIEJ

W LUBLINIE

Wydział Pedagogiki i Psychologii

mgr Agnieszka Pytka

Efektywność programu readaptacji społecznej osób skazanych w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego

Rozprawa doktorska
przygotowana pod kierunkiem
dr hab. Agnieszki Lewickiej-Zelent, prof. UMCS
dr hab. Anny Wiatrowskiej – promotor pomocniczej

LUBLIN 2022

Serdeczne podziękowania składam Pani promotor dr hab. Agnieszce Lewickiej-Zelent, prof. UMCS za poświęcony czas i pomoc podczas pisania niniejszej rozprawy doktorskiej

dr hab. Annie Wiatrowskiej za wszelkie sugestie i wskazówki

Spis treści

Wstęp

Osoby skazane, odbywające karę pozbawienia wolności poddawane są określonym i celowym oddziaływaniom o charakterze resocjalizacyjnym. Sposób prowadzonych praktyk oraz uzyskane efekty warunkują proces resocjalizacji i readaptacji społecznej. Zdaniem R. Opory (2015, s. 71-75) na skuteczność prowadzonych działań składa się kilka czynników. Zaliczyć można tu motywację i chęć do zmiany osoby skazanej, a także wsparcie otrzymywane od najbliższych i od społeczności lokalnej. Wszystkie podejmowane czynności, zarówno podczas pobytu w warunkach izolacji penitencjarnej jak i bezpośrednio po jej opuszczeniu, mają pomóc w powrocie do życia w społeczeństwie zgodnie z przyjętymi normami i zasadami. Znaczącą rolę w procesie readaptacji społecznej obok rodziny odgrywają instytucje pomocowe, a w szczególności kuratorzy sądowi i pracownicy socjalni. Ich działania powinny rozpoczynać się i być realizowane podczas pobytu danej osoby w placówce izolacyjnej, a kończyć na uzyskaniu przez nią pełnej samodzielności.

Praca składa się z czterech rozdziałów, podsumowania, spisu tabel i rysunków oraz bibliografii i aneksu. W pierwszym rozdziale zaprezentowano podstawowe założenia pedagogiki resocjalizacyjnej oraz kwestie odnoszące się rodzajów, celów i funkcji wykonywania kary pozbawienia wolności. Dodatkowo wskazano negatywne aspekty resocjalizacji w warunkach izolacyjnych oraz efektywność oddziaływań resocjalizacyjnych.

Drugi rozdział również ma charakter teoretyczny. Wyjaśniono w nim podstawowe kwestie dotyczące pomocy postpenitencjarnej w krajowym i międzynarodowym prawie oraz znaczenie wsparcia udzielanego byłym więźniom z uwzględnieniem wparcia rodzinnego, społecznego i instytucjonalnego. Dodatkowo zaprezentowno rolę i zadania kuratora sądowego i pracownika socjalnego oraz znaczenie podejmowanych przez nich działań na rzecz readaptacji społecznej.

Rozdział trzeci ma charakter metodologiczny. Opisano w nim przedmiot i cel badań, problemy oraz hipotezy badawcze. Określono zmienne i wskaźniki, a także metody, techniki i narzędzia wykorzystane do przeprowadzenia badań oraz realizacji autorskiego programu. Scharakteryzowano również teren badań, badaną grupę badaną oraz organizację i przebieg prowadzonych eksploracji. W tym rozdziale omówione zostały także zastosowane analizy statystyczne.

W czwartym rozdziale, który ma specyfikę empiryczną, zawarta została analiza i interpretacja badań własnych. Przedstawiono dane uzyskane dzięki wykorzystaniu wielu narzędzi, takich jak: Skala Poczucia Odpowiedzialności R. Derbisa, GSES – Skala Uogólnionej Własnej Skuteczności R. Schwarzera, M. Jerusalem, Z. Juczyńskiego, Mini

Cope - Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem w adaptacji Z. Juczyńskiego, N. Ogińska-Bulik, Kwestionariusza Thomasa Kilmanna do poznania stylów rozwiązywania konfliktów, autorskiego kwestionariusza ankiety dotyczącegoy umiejętności życia codziennego (obsługa urządzeń elektronicznych np. biletomat, parkometr, paczkomat itp.), korzystania z pomocy i wsparcia oraz umiejętności komunikacyjnych, a także autorskiego kwestionariusza informacji zwrotnych.

Na końcu sformułowano najważniejsze wnioski dotyczące badań własnych oraz rekomendacje dla praktyki penitencjarnej.

Rozdział I Resocjalizacja i readaptacja społeczna osób skazanych

1.1. Kara pozbawienia wolności – cele i funkcje

Zachowanie człowieka niezgodne z obowiązującymi normami i przepisami podlega sankcjom i karom. Osoby, które dopuściły się czynu zabronionego**,** prawnie ponoszą konsekwencję w postaci kary kryminalnej. Jest to „celowa dolegliwość stosowana przez władzę państwową wobec człowieka z powodu jego zachowania uznanego przez tę władzę za społecznie naganne i zasługujące na taką dolegliwość" (M. Cieślak, za: J. Nowak, 2016, s. 29). Aby mówić o karze kryminalnej muszą zostać spełnione następujące warunki:

1) sposób zachowania jednostki lub grupy społecznej musi być niezgodny z obowiązującymi przepisami i zagrożony karą. Zalicza się tu uzewnętrznione działania, które powodują niekorzystne zmiany z prawnego punktu widzenia;
2) dany czyn, w momencie jego popełnienia musi być wyraźnie zabroniony określonymi przepisami prawa;
3) dane zachowanie powinno zostać określone stopniem szkodliwości. W momencie, gdy budzi ono wątpliwości lub jego stopień szkodliwości jest niski, to tego zachowanie nie traktuje się w kategorii przestępstwa (M. Ciosek, 2008, s.319).

Kara kryminalna jest pewnym „narzędziem", które pozwala przywrócić porządek i „odpłacić" za wyrządzone winy. Jest stosowana jako konsekwencja popełnienia przestępstwa związanego z naruszeniem i łamaniem obowiązujących norm prawa (M. J. Boińska, 2016, s. 32-33). Kara kryminalna, jako negatywna konsekwencja popełnionego czynu stanowi pewną dolegliwość odnoszącą się do sfery fizycznej (izolacja w zakładzie karnym, kara śmierci), psychicznej (wymierzona kara odnosi dotyczy sfery psychicznej sprawcy) oraz społecznej (utrata lub ograniczenie pewnych praw) (M. Ciosek, 2008, s. 319).

Osoba, która naruszyła normy prawne ponosi konsekwencje w postaci kary, która jest następstwem popełnionego czynu. Mieczysław Ciosek podaje, że kara kryminalna jest orzekana w momencie naruszenia powszechnie obwiązujących norm prawnych. Aby dane zachowanie zostało uznane za przestępstwo musi spełnić trzy kryteria:

- sposób postępowania jednostki musi być usankcjonowany prawnie, a jego konsekwencją jest kara;
- uregulowania prawne muszą obowiązywać w momencie popełnienia danego czynu zabronionego;

- popełniony czyn musi wykazywać się pewną szkodliwością społeczną" (Z. Nowacki, 2010, s. 30).

Kara z założenia ma zniechęcać osoby skazane do popełniania kolejnych przestępstw. Zgodnie z Kodeksem Karnym wykonywanie „kary pozbawienia wolności ma na celu wzbudzanie w skazanym woli współdziałania w kształtowaniu jego społecznie pożądanych postaw, w szczególności poczucia odpowiedzialności oraz potrzeby przestrzegania porządku prawnego i tym samym powstrzymania się od powrotu do przestępstwa" (art. 67 §1 k.k.w.). Oznacza to, że kara ma w taki sposób oddziaływać na sprawcę, aby zniechęcić go do popełnienia kolejnego czynu zabronionego, jednocześnie zachęcając go do pracy nad swoim zachowaniem i postępowaniem (A. Polak-Kruszyk, 2019, s. 153).

Istotę i sens wykonywania kary wyjaśniają teorie kary kryminalnej. Wyróżnia się: teorie bezwzględne (absolutne, retrybutywne), teorie względne (relatywne, utylitarne) oraz teorie mieszane. Teorie bezwzględne zakładają, że kara jest „odpłatą" za popełniony czyn, jest nieuchronna i nie trzeba jej dodatkowo uzasadniać. W tym rozumieniu, kara ma przywrócić porządek społeczny, który został naruszony poprzez popełnienie czynu karalnego. Zgodnie z tą teorią tylko osoba, która popełniła czyn zabroniony powinna zostać ukarana. Zastosowana kara musi być „odpowiednia" do popełnionego czynu. Kara nie może służyć do osiągnięcia jakiegoś dodatkowego celu. Przeciwnicy teorii retrybutywnych podkreślają, że taki sposób rozumienia kary utrwala u sprawcy niepożądane zachowania i nie służy jego resocjalizacji. Dlatego kara powinna wzbudzać u sprawcy poczucie winy, skłaniać go do działania, a tym samym przyczyniać się do zadośćuczynienia pokrzywdzonym. Teorie względne opierają się na założeniu, że kara ma przyczynić się do poprawy sprawcy i zapobiegać ponownemu popełnieniu przestępstwa. Kara będzie skuteczna, jeśli będzie użyteczna i przyniesie zakładane korzyści. Podważa się tym samym dolegliwość kary, jeśli nie przyczynia się ona do poprawy sprawcy i jednocześnie przyjmuje się, że kara nie musi być współmierna do popełnionego czynu. Teorie mieszane łączą w sobie elementy podejścia retrybutywnego (odwetowego) i podejścia prewencyjnego. Oznacza to, że stosowana kara powinna uwzględniać indywidualne cechy sprawcy, a także odnosić się do funkcji kary. Współcześnie to właśnie teorie mieszane mają swoje uzasadnienie w zakresie stosowanych kar. Mają one zapobiegać ponownemu popełnieniu przestępstwa i jednocześnie stanowić „odpłatę" dla ofiary (I. Niewiadomska, 2007, s. 46-50; M. J. Boińska, 2016, s. 39-45).

Wymierzanie i stosowanie kar pełni określone funkcje. Według M. Cioska (2000, s.178) są to następujące funkcje:

- odwetowa – odpłata za przestępstwo;

- eliminacyjna – uniemożliwienie popełniania kolejnych przestępstw (dotyczy głównie osób już skazanych);
- odstraszająca – kara ma odstraszać, zniechęcać do popełniania kolejnych przestępstw, ta funkcja odnosi się nie tylko do osób, które już popełniły przestępstwo, ale również do tych, którzy nigdy nie mieli kontaktu z wymiarem sprawiedliwości;
- poprawcza (wychowawcza, resocjalizacyjna, reedukacyjna)- zakłada, że każdego można zmienić na lepsze.

Kolejne funkcje kary wymienia Anetta Jaworska (2013, s. 102). Do najważniejszych z nich zalicza funkcje odnoszące się do:

- izolacji – „wyłączenie” na określony czas osoby, która dokonała czynu zabronionego z udziału w życiu społecznym i jednoczesne zapewnienie bezpieczeństwa społeczeństwu poprzez uniemożliwienie mu popełnienia kolejnego przestępstwa;
- odstraszania – zastosowana kara ma odstraszać samego przestępcę i inne osoby przed popełnieniem czynu zabronionego;
- odwetu – kara ma być pewną formą „zapłaty” za popełnione czyny;
- kompensacji – funkcja ta daje możliwość naprawy wyrządzonej szkody. Przykładem formy zadośćuczynienia może być: wolontariat czy wykonywanie prac społecznych;
- poprawy – jej głównym celem jest wzbudzenie chęci do poprawy i zmiany postępowania.

Jarosław Warylewski proponuje 7 funkcji kary pozbawienia wolności, których opis z uwzględnieniem treści i czasu realizacji zamieszczono w tabeli nr 1.

Tabela 1. Funkcje kary pozbawienia wolności

Funkcja	Treść	Realizacja
ekspiacyjna	pozwala sprawcy odkupić jego winy oraz znosi moralną odpowiedzialność w związku z popełnieniem czynu zabronionego	etap wykonywania kary pozbawienia wolności
ekspresyjna	przekazuje informację społeczeństwu oraz ukazuje gotowość organów sprawiedliwości do działania w zakresie ochrony	wszystkie etapy wykonywania kary
gwarancyjna	określa rodzaje kar, sankcji za popełnienie konkretnego czynu zabronionego	wszystkie etapy orzekania i wykonywania kary
izolacyjna	wyklucza ze społeczeństwa osoby łamiące prawo	etap wykonywania kary pozbawienia wolności

sprawiedliwościowa (odwetowa)	pozwala na dokonanie odwetu (zapłaty) za wyrządzone szkody	etap orzekania kary pozbawienia wolności
resocjalizacyjna	zakłada poprawę sprawcy	etap wykonywania kary pozbawienia wolności
zapobiegawcza	zapobiega, odstrasza przed popełnieniem przestępstwa	etap zagrożenia karą pozbawienia wolności, jej orzekania i wykonania

Źródło: J. Warylewski, 2006 za: J. Nowak, *Wokół pojęcia kary* [w:] *Psychologia penitencjarna*, Ciosek M., Pastwa-Wojciechowska B. (red.), Warszawa 2016, s.31.

W dawnych systemach (w starożytności i do połowy XVI wieku), kara miała stanowić pewną dolegliwość za popełniony czyn i odstraszać przed kolejnym jego popełnieniem. Dolegliwość kary odnosiła się do:

- fizycznego ograniczenia wolności (brak możliwości samodzielnego poruszania się bez zgody i nadzoru);
- bezwzględnego przestrzegania obowiązujących norm i zasad;
- odczuwania wymierzonej kary, jako konsekwencji popełnionego czynu;
- braku kontaktów z rodziną i osobami bliskimi;
- konieczności przebywania w jednej celi z innymi więźniami (H. Machel, E. Chęcińska, 2016, s. 480, 483-484).

Dolegliwość odczuwania wykonywanej kary zależała głównie od czynników indywidualnych, ale także od sytuacji więziennej i społecznej. Do sytuacji więziennej zalicza się zabudowę zakładu karnego, liczbę współwięźniów, udział lub nie w podkulturze więziennej, możliwość wykonywania pracy lub nauki, udziału w dodatkowych zajęciach lub terapii, umiejętność wykorzystania czasu wolnego oraz relacje z personelem więziennym. W aspekcie społecznym dolegliwość wykonywanej kary pozbawienia wolności odnosi się do ograniczenia i osłabienia kontaktów z rodziną, kolegami (również z grupy przestępczej) oraz dostępem do kultury czy massmediów. Na dolegliwość kary przekłada się także wiek osób osadzonych, osobowość czy kariera przestępcza (recydywa) (H. Machel, E. Chęcińska, 2016, s. 484).

Istota i sens wykonywania kary pozbawienia wolności związana jest z jej efektywnością. Zależy ona od takich czynników jak: długość kary, osoba/instytucja „karząca", postawa jednostki wobec popełnionego czynu czy poziom świadomości wyrządzonej krzywdy/ szkody (J. Żeromska-Charlińska, 2010, s. 155). Kara pozbawienia wolności i sposób wykonywania jest kwestią sporną i często budzącą wątpliwości, stąd na efektywność jej wykonywania przedkłada się zasadę indywidualizacji, stanowiącej jeden z elementów warunkujących

późniejszy proces readaptacji społecznej. Odnosi się ona do dostosowania prowadzonych oddziaływań, metod i środków do indywidualnych cech i potrzeb osoby skazanej (M. Kuć, 2009, s.230).

Zgodnie z artykułem 67 k.k.w. § 1" wykonywanie kary pozbawienia wolności ma na celu wzbudzanie w skazanym woli współdziałania w kształtowaniu jego społecznie pożądanych postaw, w szczególności poczucia odpowiedzialności oraz potrzeby przestrzegania porządku prawnego i tym samym powstrzymania się od powrotu do przestępstwa". § 2. „dla osiągnięcia celu określonego w § 1 prowadzi się zindywidualizowane oddziaływanie na skazanych w ramach określonych w ustawie systemów wykonywania kary, w różnych rodzajach i typach zakładów karnych" § 3. „w oddziaływaniu na skazanych, przy poszanowaniu ich praw i wymaganiu wypełniania przez nich obowiązków, uwzględnia się przede wszystkim pracę, zwłaszcza sprzyjającą zdobywaniu odpowiednich kwalifikacji zawodowych, nauczanie, zajęcia kulturalno-oświatowe i sportowe, podtrzymywanie kontaktów z rodziną i światem zewnętrznym oraz środki terapeutyczne" (Dz. U. 2021.53).

Miejscem wykonywania kary pozbawienia wolności jest jednostka penitencjarna – zakład karny. Funkcjonariusze Służby Więziennej[1] pełniący służbę w danej jednostce sprawują nadzór nad osobami osadzonymi jednocześnie dbając o bezpieczeństwo społeczne. Personel więzienny ma pewną „władzę" nad osadzonymi, która można sprowadzić do pięciu typów. Jest to władza „prawna (usankcjonowana prawem), przymusu (oparta na możliwości karania), nagradzająca (oparta na możliwości nagradzania), ekspercka (oparta na wiedzy i ekspertyzie) oraz oparta na autorytecie" (H. Machel, E. Chęcińska, 2016, s.489).

[1] Zgodnie z ustawą z dnia 9 kwietnia 2010 roku o Służbie Więziennej Art. 1. Służba Więzienna jest umundurowaną i uzbrojoną formacją apolityczną podległą Ministrowi Sprawiedliwości, posiadającą własną strukturę organizacyjną; Art. 2. 1. Służba Więzienna realizuje na zasadach określonych w ustawie z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny wykonawczy (Dz. U. z 2020 r. poz. 523 i 568) zadania w zakresie wykonywania tymczasowego aresztowania oraz kar pozbawienia wolności i środków przymusu skutkujących pozbawieniem wolności.
Służba Więzienna działa w oparciu o: Ustawę z dnia 24 maja 2013 r. o środkach przymusu bezpośredniego i broni palnej (Dz.U. z 2019 r. poz. 2418), obowiązująca od 5 czerwca 2013 r. Ustawę z dnia 20 stycznia 2011 r. o odpowiedzialności majątkowej funkcjonariuszy publicznych za rażące naruszenie prawa, Ustawę z dnia 9 kwietnia 2010 r. o Służbie Więziennej (Dz.U. z 2020 r. poz. 848), obowiązująca od 13 sierpnia 2010 r., Ustawę z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny wykonawczy (Dz.U. z 2021 r. poz. 53), Ustawę z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks postępowania karnego (Dz.U. z 2021 r. poz. 534), Ustawę z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny (Dz.U. z 2020 r. poz. 1444, z późn. zm.) oraz takie rozporządzenia jak: Rozporządzenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 22 grudnia 2016 r. w sprawie regulaminu organizacyjno-porządkowego wykonywania tymczasowego aresztowania (Dz.U. z 2016 r. poz. 2290), Rozporządzenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 21 grudnia 2016 r. w sprawie regulaminu organizacyjno-porządkowego wykonywania kary pozbawienia wolności (Dz.U. z 2016 r. poz. 2231), Rozporządzenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 17 października 2016 r. w sprawie sposobów ochrony jednostek organizacyjnych Służby Więziennej (Dz.U. z 2016 r. poz. 1804), Rozporządzenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 31 października 2003 r. w sprawie obrony jednostek organizacyjnych Służby Więziennej (Dz.U. z 2003 r. nr 194, poz. 1903).

Zgodnie z literaturą przedmiotu kara pozbawienia wolności ma na celu izolację przestępcy od społeczeństwa. W odbiorze społecznym jest ona pewną koniecznością, niezbędną do zapewnienia poczucia bezpieczeństwa (K. Gogacz, 2006, s. 24-25). Aktualnie, obok izolacji sprawcy służy: ochronie społeczeństwa, ukaraniu sprawcy (kara powinna być proporcjonalna do popełnionego czynu). Kara ma być środkiem odstraszającym przed popełnieniem kolejnego czynu zabronionego[2] .

Kara jest konsekwencją postępowania człowieka, a jej wymierzanie i stosowanie ma spełniać określone zadania. Kara powinna uczyć i „motywować" do zmiany. Stosowane kary izolacyjne mają za zadanie nie tylko ukaranie sprawcy danego czynu, ale także ochronę społeczeństwa i zapewnienie poczucia bezpieczeństwa. Szczegółowa charakterystyka poszczególnych kar izolacyjnych została przedstawiona w kolejnym podrozdziale.

1.2. Rodzaje kar pozbawienia wolności

Stosowanie kary pozbawienia wolności wiąże się z ograniczeniem więzi społecznych, deprywacją potrzeb i stygmatyzacją, a głównym celem jej stosowania jest resocjalizacja sprawcy czynu karalnego. Kary nakładane na osoby, które popełniły czyn karalny wymierzane są według określonych zasad. Zalicza się do nich zasadę:

- humanitaryzmu – uznawaną za najważniejszą zasadę, która odnosi się do poszanowania godności człowieka, wyklucza możliwość stosowania tortur i kar cielesnych (art. 3 k.k.);
- swobodnego uznania sędziowskiego – sąd wymierza karę zgodnie z własnymi przekonaniami jak również zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa uwzględniając stopień społecznej szkodliwości czynu, motywację i zachowanie sprawcy, stan zdrowia, wiek itp. (art. 53 k.k.);
- indywidualizacji kary – sankcje nałożone na sprawcę danego czynu muszą uwzględniać takie czynniki jak: czynniki osobiste, motywacja sprawcy czy zachowanie sprawcy przed i po popełnieniu czynu zabronionego. Oznacza to, że sąd nie może orzekać takich samych kar dla wszystkich osób, które popełniły dane przestępstwo;

[2] http://www.sccjr.ac.uk/wp-content/uploads/2015/10/SCCJR-What-is-prison-for-.pdf, dostęp z dnia: 06.07.2020

- preferencji kar i środków nieizolacyjnych – sąd wymierzając karę ma możliwość nałożenia na sprawcę czynu karę inną niż kara ograniczenia wolności. Zgodnie z art. 58 k.k. „jeżeli ustawa przewiduje możliwość wyboru rodzaju kary, a przestępstwo jest zagrożone karą pozbawienia wolności nieprzekraczającą 5 lat, sąd orzeka karę pozbawienia wolności tylko wtedy, gdy inna kara lub środek karny nie może spełnić celów kary" (I. Niewiadomska, 2007, s. 58-59).

Kara pozbawienia wolności jest pewnym wyznacznikiem sprawiedliwości. Dawne znaczenie tego słowa było szersze niż współczesne. Nawiązywało do „wszelkiego rodzaju zgodności z prawem *(ius)*, także z prawem pojmowanym jako zespół norm moralnych czy religijnych" (J. Skorupka, 2013, s.17). Współcześnie słowo sprawiedliwość oznacza pewien sposób postępowania, który jest zgodny z ogólnymi, generalnymi normami, które odnoszą się także do sposobu działania wobec innych osób i podmiotów, a także grup i całych społeczności (J. Skorupka, 2013, s. 17). Z kolei Agnieszka Lewicka –Zelent wskazuje, że sprawiedliwość można opisywać w aspekcie obiektywnym oraz subiektywnym. Ten pierwszy jest trudny do określenia ze względu na emocje, jakich doświadcza dana jednostka i które w pewien sposób warunkują jej sposób myślenia i postrzegania. To z kolei przekłada się na aspekt subiektywny (A. Lewicka-Zelent, 2017, s. 33).

Sprawiedliwość i to jak ją postrzegamy przekłada się na obraz ofiary, sprawcy czynu karalnego, kary i jej istoty. W literaturze wyróżnia się dwa rodzaje sprawiedliwości: sprawiedliwość naprawczą i retrybutywną.

Sprawiedliwość naprawcza *(restortative justice)* to jeden ze sposobów rozwiązywania konfliktów. Opiera się on na: „przebaczeniu, pojednaniu, miłosierdziu, solidarności, poszanowaniu godności osoby ludzkiej oraz uleczenie międzyludzkich relacji" (G. Maroń, 2011, s. 111). Sprawiedliwość naprawcza rozwijała się wraz z rozwojem wiktymologii. Stanowi ona pewną alternatywną formę sprawiedliwości retrybutywnej[3]. Jej głównym celem jest naprawa wyrządzonej szkody w sposób, jaki został ustalony zarówno przez sprawcę jak i ofiarę (A. Lewicka-Zelent, 2015, s. 293; T. Przesławski, 2017, s. 35). W nurcie sprawiedliwości naprawczej reakcja na popełniony czyn karalnym nie jest odpłatą, ale pewnym procesem, „w którym sprawca bierze odpowiedzialność za popełniony czyn, dążąc do pojednania i rzeczywistego wyrównania szkody, w sposób ustalony przez wszystkie osoby dotknięte przestępstwem: ofiarę, sprawcę i społeczność lokalną. Chodzi nade wszystko

[3] Retrybutywizm odnosi się do „zapłaty" za wyrządzone krzywdy. W tym znaczeniu kara miała być surowa, dolegliwa i odpowiadać na zło wyrządzone przez sprawcę; to forma zemsty na sprawcy czynu (A. Kania, 2018, s.94, G. Maroń, 2011, s. 113).

o naprawienie szkody, które sprawca wyrządził ofierze i społeczności, ale co szczególnie ciekawe – także samemu sobie" (F. Ciepły, 2009, s. 190). Niewątpliwie, zaletą tego rodzaju sprawiedliwości jest udział ofiary w całym procesie. Podkreśla się to na gruncie prawa polskiego i między narodowego. W Polsce dokumentem regulującym prawa i potrzeby ofiary jest Polska Karta Praw Ofiary (A. Lewicka-Zelent, 2015, s. 294).

W paradygmacie sprawiedliwości naprawczej podkreśla się możliwość pojednania i dojścia do porozumienia skonfliktowanych stron, a jego głównym celem jest zadośćuczynienie i gotowość sprawcy do naprawy wyrządzonych krzywd (A. Lewicka-Zelent, 2015, s. 295). Gotowość sprawcy do zadośćuczynienia i możliwość udziału ofiary w procesie przyczynia się także do redukcji czy minimalizacji negatywnych przeżyć i doświadczeń przez ofiarę (T. Przesławski, 2017, s. 38). Jedną z najbardziej znanych form sprawiedliwości naprawczej jest mediacja (zob. A. Lewicka-Zelent, 2017).

W opozycji do sprawiedliwości naprawczej mamy paradygmat sprawiedliwości retrybutywnej. Zgodnie z nim kara to forma zemsty i zapłaty za popełnione przestępstwo, a surowość kary zależy od rodzaju popełnionego czynu. W myśl sprawiedliwości retrybutywnej ofiara nie ma wpływu przebieg procesu, a cała uwaga skupiona jest na sprawcy (G. Maroń, 2011, s. 113-114).

Obecnie w polskim systemie prawnym wyróżnia się takie kary jak: grzywna, ograniczenie wolności, pozbawienie wolności, kara 25 lat pozbawienia wolności i kara dożywotniego pozbawienia wolności (art. 32 k.k.). Cele kary korelują z działaniami resocjalizacyjnymi podejmowanym wobec osoby skazanej. Cały proces zmierza do zmiany emocji i postaw osób skazanych (I. Niewiadomska, 2016, s.102).

Grzywna to kara wymierzana w stawkach dziennych, określająca liczbę stawek oraz wysokość jednej stawki, jeżeli ustawa nie stanowi inaczej, liczba stawek waha się od 10 do 540. Sąd może wymierzyć grzywnę także obok kary pozbawienia wolności wymienionej w art. 32 pkt 3,"jeżeli sprawca dopuścił się czynu w celu osiągnięcia korzyści majątkowej lub gdy korzyść majątkową osiągnął. Ustalając stawkę dzienną, sąd bierze pod uwagę dochody sprawcy, jego warunki osobiste, rodzinne, stosunki majątkowe i możliwości zarobkowe; stawka dzienna nie może być niższa od 10 złotych, ani też przekraczać 2000 złotych" (art. 33. § 1, § 2 § 3 k.k.).

Kara ograniczenia wolności to kara wymierzana w miesiącach i latach. Trwa od 1 miesiąca do 2 lat (art. 34. § 1 k.k.). Zgodnie z § 1a. „polega ona na obowiązku wykonywania nieodpłatnej, kontrolowanej pracy na cele społeczne oraz potrąceniu od 10% do 25% wynagrodzenia za pracę w stosunku miesięcznym na cel społeczny wskazany przez

sąd. W czasie odbywania kary ograniczenia wolności skazany nie może bez zgody sądu zmieniać miejsca stałego pobytu, a także ma obowiązek udzielania wyjaśnień dotyczących przebiegu odbywania kary. Wymierzając karę ograniczenia wolności, sąd może orzec świadczenie pieniężne wymienione w art. 39 pkt 7 lub obowiązki, o których mowa w art. 72 § 1 pkt 2–7a.(art. 34 § 2, § 3 k.k.)". Nieodpłatna i kontrolowana praca na cele społeczne jest wykonywana w wymiarze od 20 do 40 godzin w stosunku miesięcznym. Potrącenie wynagrodzenia za pracę może być orzeczone wobec osoby zatrudnionej; w okresie, na jaki zostało orzeczone potrącenie, skazany nie może rozwiązać bez zgody sądu stosunku pracy (art. 35. § 1, § 2 k.k.).

Zmiany wprowadzone w lipcu 2015 roku zakładają, że możliwe jest wprowadzenie kary 20 lat pozbawienia wolności (przed tymi zmianami górna granica wynosiła 15 lat). Wprowadzone zmiany ograniczyły jednocześnie możliwość stosowanie warunkowego zawieszenie kary. Do kary pozbawienia wolności zalicza się także karę 25 lat pozbawienia wolności. Ten rodzaj kary stosowany jest za ciężkie zbrodnie. Warunkowe zwolnienie możliwe jest po odbyciu 15 lat kary. Ostatnim rodzajem kary przewidziany w polskim prawie jest kara dożywotniego pozbawienia wolności. Wymierzana jest za najcięższe zbrodnie, zastępuje karę śmierci i chroni społeczeństwo przed przestępcami uważanymi za szczególnie niebezpiecznych. Warunkowe zwolnienie może nastąpić po 25 latach odbytej kary.[4] (M. J. Boińska, 2016, s. 38).

Karę pozbawienia wolności można rozpatrywać również w aspekcie kary krótko- i długoterminowej. Autorzy publikacji naukowych i reguł prawnych nie podają definicji tego rodzaju kar, jednak pojęcia te są stosowane w praktyce. W myśl art. 58 k.k. „w przypadku przestępstwa, które jest zagrożone karą pozbawienia wolności nieprzekraczającą 5 lat, sąd może orzec zamiast kary pozbawienia wolności grzywnę albo karę ograniczenia wolności do lat 2, zwłaszcza jeśli orzeka równocześnie środek karny". Artykuł 59 § 1 k.k. „dotyczy przestępstw zagrożonych karą pozbawienia wolności nieprzekraczającą 3 lat albo karą łagodniejszego rodzaju i społeczna szkodliwość czynu nie jest znaczna, sąd może odstąpić od wymierzenia kary, jeżeli orzeka równocześnie środek karny, a cele kary zostaną przez ten środek spełnione". Osoby zajmujące się problematyką prawa karnego wykonawczego jako dolną granicę kary długoterminowej wyznaczają karę powyżej 3 lat pozbawienia wolności, 5 lat i więcej oraz karę przekraczającą 10 lat pozbawienia wolności (K. Mrozek, 2011, s. 235-236). Podobnie uważa J. Korecki, zaznaczając jednocześnie, że kary 25 lat

[4] W polskim prawie przewidziana jest także kara aresztu wojskowego. Ma ona zastosowanie tylko do żołnierzy, którzy odbywają karę w specjalnym zakładzie karnym.

pozbawienia wolności oraz dożywotniego pozbawienia wolności są karami „ekstremalnie długoterminowymi” (J. Korecki za: K. Grudzińska, 2013, s. 231). Odmienne stanowisko prezentuje Henryk Machel, według którego za karę długoterminową można uznać tylko który karę 25 lat i karę dożywotniego pozbawienia wolności. Wskazuje on, że 25 lat ograniczenia wolności to kara terminowa, a kara dożywotniego pozbawienia wolności to kara bezterminowa, wykluczająca sprawcę czynu z możliwości powrotu do życia w społeczeństwie (H. Machel, 2008, s. 218).

Kara pozbawienia wolności często budzi wiele kontrowersji, a sposób jej wykonywania nie zawsze jest zgodny ze społecznymi oczekiwaniami. Wysokość orzekanej kary powinna być współmierna do popełnionego czynu, ale także uwzględniać okoliczności, w jakich doszło do popełnienia danego czynu. Kara niewątpliwie związana jest z pedagogiką resocjalizacyjną i resocjalizacją, których założenia w odniesieniu do osób nieprzystosowanych społecznie opisano w dalszej części pracy.

1.3. Pedagogika resocjalizacyjna – podstawowe założenia

Pedagogika resocjalizacyjna to nauka o charakterze teoretycznym i praktycznym. Lesław Pytka (2001, s. 9-10) zdefiniował ją jako dyscyplinę naukową, której głównym celem jest wychowanie (celowy proces kształtowania postaw i zachowań) osób wykazujących pewne zaburzenia w procesie socjalizacji (wpływ, jaki środowisko wywiera na jednostkę). Według Czesława Czapówa i Stanisława Jedlewskiego (1971, s. 40) pedagogika resocjalizacyjna odnosi się do wychowania resocjalizującego, które autorzy określają jako „przezwyciężanie negatywnego ustosunkowania do zbioru norm wyznaczających jednostce określone jednostki i uprawnienia”, a celem prowadzonych oddziaływań jest eliminacja negatywnych postaw i zachowań wykształconych w procesie nieprawidłowej socjalizacji.

W pedagogice resocjalizacyjnej wykorzystuje się teorie psychologiczne. Do najważniejszych z nich zalicza się: teorie psychodynamiczne, behawioralne, kognitywne, humanistyczne oraz egzystencjalne. Zgodnie z teorią psychodynamiczną przyczyną i źródłem zachowań o charakterze przestępczym są nieuzasadnione, wewnętrzne siły i popędy, które mogą wynikać z choroby, przeżytej traumy lub nierozwiązanego konfliktu. Istotne znaczenie w kształtowaniu się postaw dewiacyjnych mają także negatywne i zaburzone relacje z rodziną. W pracy resocjalizacyjnej w nurcie psychodynamicznym, szczególną uwagę zwraca się na potrzebę zaspokojenia podstawowych potrzeb jednostki – zarówno

biologicznych jak i społecznych. Praca z osobą przejawiającą zachowania dewiacyjne odnosi się do eliminacji stosowanych mechanizmów obronnych dotyczących wyparcia przy jednoczesnej koncentracji oraz analizie myśli i wspomnień (trudnych), rozpoczęcia interakcji z grupą społeczną, która będzie mogła zaspokoić podstawowe potrzeby danej jednostki bez poczucia wstydu czy lęku. W dalszej kolejności prowadzona działalność resocjalizacyjna powinna prowadzić do otwarcia się na okazywanie prawdziwych uczuć i emocji, zmiany postaw względem przeżywanych stanów wewnętrznych (głównie negatywnych), rozwiązywania konfliktów oraz uświadomienia sobie przyczyn danego sposobu zachowania się. Efektywność prowadzonych oddziaływań w nurcie teorii psychodynamicznych w znacznej mierze uzależniona jest od gotowości jednostki do otwarcia się i motywacji do zmiany (A. Jaworska, 2016, s. 121-124).

Zgodnie z podejściem behawioralnym zachowania zaburzone, dewiacyjne są wynikiem nieprawidłowego przystosowania się opartego na zasadach warunkowania klasycznego, instrumentalnego i społecznego. W związku z tym dane zachowanie jest wyuczone, nabyte. Resocjalizacja z zastosowaniem terapii behawioralnej sprowadza się do:

- wyrównywania braków w zachowaniu – odbywa się poprzez rozwijanie i utrwalanie zachowań pozytywnych takich jak poprawa umiejętności związanych z komunikowaniem się, wzrostem wiedzy czy podnoszeniem poziomu kultury osobistej;
- eliminacji negatywnych cech – odnosi się do minimalizacji lub eliminacji zachowań niepożądanych przy jednoczesnym dostarczaniu i utrwalaniu pozytywnych, społecznie akceptowanych wzorów i sposobów postępowania;
- wzmacniania poczucia kontroli – oznacza ćwiczenie i wyrobienie pewnych mechanizmów kontroli emocji i niewłaściwych, agresywnych reakcji, zapanowania nad nagłą i impulsywną reakcją (K. Pospiszyl, 2008, s. 87-94).

Teorie behawioralne w pracy resocjalizacyjnej bazują na dwóch głównych metodach: terapii awersyjnej i warunkowaniu instrumentalnym. W pierwszej metodzie (budzącej wiele kontrowersji) stosowane są kary fizyczne i cielesne. Jej propagatorzy zakładali, że doświadczanie bólu i nieprzyjemnych odczuć czy emocji przyczynia się do zapobiegania popełniania kolejnych przestępstw w przyszłości. Z kolei w metodach opartych na warunkowaniu instrumentalnym wykorzystywany jest system punktowy, czyli przyznawanie pewnych nagród, punktów za zachowania pozytywne, społecznie pożądane. Z jednej strony metoda ta mogła prowadzić do wyuczenia pewnych schematów, konkretnych zachowań, za które jednostka otrzymywała nagrodę, ale z drugiej uniemożliwiała zaplanowanie procesu

resocjalizacyjnego, wprowadzanie zmian, modyfikację oraz wykorzystywanie różnorodnych metod i technik wzmacniających motywację do zmiany. Ponadto, w prowadzonych oddziaływaniach ważną rolę pełni warunkowanie społeczne (naśladowanie, modelowanie), które polega na pokazaniu jednostce pozytywnych wzorów postępowania (K. Pospiszyl, 2008, s. 87-94).

K. Pospiszyl (2008, s. 92-93) obok terapii behawioralnej wyróżnił także terapię kognitywno-behawioralną, która ma szczególne znaczenie w realizacji programów resocjalizacyjnych. Charakterystyczne dla tego podejścia jest „wyprostowanie wadliwego myślenia". Przestępcy bardzo często usprawiedliwiają swoje niewłaściwe postępowanie, w związku z tym celem prowadzonych oddziaływań jest uświadomienie niewłaściwego zachowania. W podejściu tym łączy się elementy psychoanalizy z terapią behawioralną.

Zagadnienia związane z przestępczością znajdują również swoje uzasadnienie w teoriach humanistycznych. W przeciwieństwie do teorii behawioralnych i psychodynamicznych nie koncentrują się one na zachowaniu i sposobach jego przewidywania, ale na doświadczeniach i indywidualnych przeżyciach, które są przyczyną zachowań o charakterze przestępczym. Psychologia humanistyczna przyczyn nieprawidłowego przystosowania i zaburzeń w zachowaniu upatruje w niekorzystnym, negatywnym środowisku społecznym, ekonomicznym i fizycznym, które skutkują niskim poczuciem własnej wartości, strachem, lękiem, brakiem zaufania czy wrogim nastawieniem do innych. Nie tylko jednak środowisko wpływa na człowieka, gdyż on sam również je kreuje. Poczucie możliwości wpływania na otaczającą rzeczywistość rozwija go oraz buduje i utrwala w nim poczucia odpowiedzialności za własne postępowanie. W resocjalizacji skutkuje to większą koncentracją na osobie pokrzywdzonej, a nie tylko na sprawcy przestępstwa (K. Ostrowska, 2008, s. 80-83).

Z kolei teoria egzystencjalna skupia się na człowieku jako całości. Zachowania przestępcze są wynikiem „zagubienia sensu własnego życia". Człowiek sam ponosi odpowiedzialność za swoje zachowania, które są wynikiem niewłaściwych wyborów pozbawionych pogłębionej refleksji np. sięganie po substancje psychoaktywne, czy w konsekwencji zachowania przestępcze. Pedagogika resocjalizacyjna odwołująca się do teorii egzystencjalnych skupia się na poznaniu i akceptacji własnej osoby oraz poszukiwaniu sensu życia. Pomocne w tym jest m.in. wykonywanie satysfakcjonującej pracy, doświadczanie pozytywnych uczuć i emocji, uzyskiwanie pomocy i wsparcia, a także akceptacja rzeczy, które są nieuniknione (np. cierpienie, śmierć) (A. Jaworska, 2016, s. 136-138).

Podejmując działania resocjalizacyjne ważne jest wybranie i zastosowanie odpowiednich metod. W aspekcie prowadzonych oddziaływań korekcyjnych osób przejawiających zachowania antyspołeczne wyróżnia się metody oparte na stymulacji i wzmacnianiu pewnych umiejętności oraz metody związane z nabywaniem nowych doświadczeń oraz wiedzy. Do pierwszej grupy zaliczamy: metody dotyczące nadawania komunikatów, metodę wzorów osobowych, wyrażania sugestii, doradzania wychowawczego i przekonywania. Pierwsza wskazana metoda odnosi się do przekazywania informacji dotyczących konsekwencji określonego sposobu zachowania czy postępowania. Następna to odwołanie się do wzorów osobowych czyli prezentacja jakiejś osoby, która poprzez swoje działanie może być odbierana jako wzór. Następnie wskazuje się na metodę wyrażania sugestii, a więc zachęcanie do podejmowania aktywności w celu rozwiązania problemu. Wychowawca, opiekun sugeruje, podpowiada, co np. on by zrobił w danej sytuacji. W dalszej kolejności wyróżniono metodę doradzania wychowawczego, której celem jest wskazanie pewnych sposobów pobudzających motywację i aktywizujących do podjęcia określonych działań. Jako ostatnią w tej grupie wskazuje się metodę przekonywania, która ma znaczenie w procesie zmiany postaw. Do drugiego zespołu metod związanych z nabywaniem nowych doświadczeń zaliczamy metodę organizowania środowiska, wpływu osobistego oraz oddziaływania dyscyplinującego. Pierwsza z wymienionych metod to kreowanie sytuacji, które będą modyfikowały i wzmacniały nowe umiejętności i postawy. Następnie wyróżniono metodę wpływu osobistego opartą na przekazywaniu odpowiednich wartości i wzorów postępowania przez wychowawcę, opiekuna, który powinien być wzorem i osobą godną naśladowania. Wychowawca przyjmuje rolę modela, który powinien zachęcać do zmiany pewnych postaw poprzez wykonywanie określonych zadań. Ostatnią metodą jest oddziaływanie dyscyplinujące oparte na systemie nagradzania i karania. Aby metoda ta była skuteczna ważne jest właściwe określenie funkcji i zasad stosowania wzmocnień pozytywnych i negatywnych. Należy pamiętać, że karę stosuje się w odniesieniu do niewłaściwego zachowania, a nie w odniesieniu do danej jednostki (M. Kalinowski, 2008, s. 242-246). M. Jůzl (2013, s. 119) wyróżnił metody i techniki oddziaływań resocjalizacyjnych, które odnoszą się do pośredniego i bezpośredniego oddziaływania wychowawcy na podopiecznego, odwoływania się do pozytywnych przykładów, metod sytuacyjnych, samowychowania oraz psychodramy.

Aby proces resocjalizacji przyniósł oczekiwane efekty konieczne jest przestrzeganie określonych zasad. Zasady resocjalizacji pozwalają na wprowadzenie optymalnych zmian w rozwoju jednostki zaburzonej z jednoczesnym uwzględnieniem jej możliwości osobistych

i rozwojowych. Otton Lipkowski (1976, s. 281-288) wyróżnił następujące zasady resocjalizacji:

- zasadę akceptacji – odnosi się ona do akceptacji człowieka, jako jednostki (wykazującej zachowania niezgodne ze społecznie przyjętymi normami) z jednoczesnym brakiem akceptacji i przyzwolenia na te zachowania. Zasada ta oznacza również, że daną osobę należy w sposób szczególny wspierać i pomagać jej;
- zasadę pomocy – w odniesieniu do osób przejawiających symptomy niedostosowania społecznego oznacza udzielanie pomocy w celu dalszego rozwoju jednostki. Pomoc ta może mieć charakter: prawny, materialny i emocjonalny. Aby była ona skuteczna, osoba jej udzielająca powinna być specjalistą i wiedzieć, w jaki sposób należy jej udzielić, a osoba, do której jest ona skierowana powinna wykazać się gotowością do przyjęcia jej;
- zasadę indywidualizacji – oznacza podejmowanie działań (rozmowy, porady, okazywanie pomocy, wsparcia) skierowanych bezpośrednio do danej osoby, które są dostosowane do jej możliwości;
- zasadę kształtowania perspektyw – zasada ta odnosi się do przekazywania wiedzy i umiejętności w zakresie planowania własnej przyszłości przez wychowanków, którzy nie zastanawiają się nad tym, co będzie później, w przyszłości. Rolą wychowawcy, opiekuna jest stopniowe i pozytywne pokazywanie możliwości związanych z dalszym rozwojem i planowaniem;
- zasadę współpracy ze środowiskiem – odnosi się ona do aktywności podejmowanej na rzecz jednostki niedostosowanej społecznej, ale także jej najbliższego środowiska (rodziny), które też ponosi konsekwencje niewłaściwego postępowania;
- zasadę systematyczności – resocjalizacja jest procesem długotrwałym i aby osiągnąć zamierzone efekty konieczna jest zarówno systematyczność jak i konsekwencja w postępowaniu.

M. Kalinowski (2008, s. 237-239) wskazał dodatkowo na takie zasady resocjalizacji jak:

- zasadę wszechstronnego rozwoju wychowanka – oznacza kształtowanie osobowości podopiecznego w różnych aspektach (społecznym, emocjonalnym, kulturowym) oraz przygotowanie go do pełnienia społecznie akceptowanych ról;
- zasadę reedukacji – to eliminacja i zmiana pewnych zachowań, czynności czy postaw niepożądanych w kierunku tych, które są powszechnie obowiązujące w danej społeczności przy wykorzystaniu odpowiednich metod i technik;

- zasadę wszechstronnego i perspektywicznego opiekuństwa i zasady wymagań – pierwsza odnosi się do wskazania podopiecznemu różnych sposobów dotyczących zaspokajania podstawowych potrzeb. Druga zasada wskazuje na relacje międzyludzkie, wskazuje, że w kontaktach z innymi należy kierować się nie tylko własnymi przekonaniami, ale także innych osób z danej grupy czy zbiorowości społecznej;
- zasadę indywidualizacji – każdy podopieczny, wychowanek jest inny, ma określone cechy osobowości i jego sytuacja również jest indywidualna, dlatego do każdej osoby i każdego problemu należy szukać właściwych rozwiązań, nie należy kierować się schematami i gotowymi rozwiązaniami;
- zasadę kompleksowego traktowania – opieka i wsparcie jakie jest okazywane danej jednostce musi odnosić się do różnych sfer, a tym: psychologicznej (emocje, potrzeby), socjalnej (uwarunkowania rodzinne, koleżeńskie) i pedagogicznej (np. sytuacja szkolna). Całościowe podejście daje większe możliwości i zapewnia większa skuteczność podejmowanych działań.

Pedagogika resocjalizacyjna wykorzystując połączenie teorii z praktyką zajmuje się osobami wykazującymi zaburzenia w zakresie socjalizacji społecznej. Bardzo ważne jest w tym przypadku nie tylko określenie, ale także konsekwentne stosowanie zasad pozwalających na uzyskanie zamierzonych celów. Obok pedagogiki resocjalizacyjnej podobne działania podejmuje resocjalizacja i jej proces.

1.4. Resocjalizacja – próba zdefiniowania pojęcia

Termin resocjalizacja do nauk prawnych i kryminologicznych został wprowadzony na przełomie XIX i XX wieku opierając się głównie na koncepcji pozytywistycznej. Zgodnie z nią sposób zachowania się i postępowania danej jednostki warunkują celowe i właściwie realizowane działania jednostkowe oraz uwarunkowania tkwiące w środowisku (I. Motow, 2013, s. 1). Niejednokrotnie środowisko generuje pojawiające się trudności i problemy, które w konsekwencji mogą prowadzić do zachowań przestępczych (M. Tomita, C. Panzaru, 2010, s. 4164).

Małgorzata Michel (2010, s. 32-33) resocjalizację określa jako proces ponownego włączenia jednostki do życia w społeczeństwie i pełnienia określonych ról społecznych. Autorka twierdzi, że ponowna socjalizacja powinna odbywać się w warunkach

wolnościowych (w środowisku danej jednostki), a nie w placówce izolacyjnej, dlatego proponuje m.in. wprowadzenie lokalnego systemu resocjalizacji. Jest to zespół odpowiednio dobranych metod i form, których głównym celem jest prowadzenie działań o charakterze profilaktyczno-resocjalizacyjnym. Głównym adresatem tych działań są jednostki nieprzystosowane społeczne. W systemie tym uwzględnia się otaczającą strukturę, najbliższe środowisko, ludzi oraz relacje pomiędzy nimi i całej zbiorowości. Głównym celem działania lokalnego systemu resocjalizacji jest takie kierowanie i kształtowanie tych elementów, aby wspólnie tworzyły pewną całość, która może prowadzić do zmiany. Strukturę systemu stanowią instytucje, które poprzez realizację swoich podstawowych zadań współdziałają z głównymi założeniami lokalnego systemu resocjalizacji i razem tworzą całość jako system. Współpraca i kontakty pomiędzy instytucjami tworzą podstawę „sieci instytucji".

Resocjalizację możemy rozumieć jako pewnego rodzaju transformację, zmianę (A. Szaboo, 2013, s. 557). „Resocjalizacja to proces mający na celu taką pracę z jednostką niedostosowaną lub wykolejoną społecznie, aby ostatecznie doprowadzić do poprawnego jej funkcjonowania w grupach mikro- i makrospołecznych zgodnie z obowiązującymi w nich normami i prawami" (P. Kuligowski, 2010, s. 88). Z kolei Cz. Czapów i S. Jedlewski (1971, s. 199) poprzez resocjalizację rozumieją proces „przejścia od społecznego niedostosowania do twórczego społecznego przystosowania (współwystępującego z rozwojem osobowości)".

Resocjalizacja to pewien zespół czynności o charakterze opiekuńczo-wychowawczo-terapeutycznym, skierowany do osób, które swoim zachowaniem i postępowaniem naruszają powszechnie przyjęte i obowiązujące normy. W takim ujęciu resocjalizacja odwołuje się do zaspokajania potrzeb, kształtowania norm i zachowań społecznie pożądanych oraz leczeniu i wyrównywaniu pewnych stanów, których działanie uznaje się za niewłaściwe (J. Kunsztal, 2014, s.28; M. Przybysz-Zaręba, 2010, s. 121; M. Kalinowski, 2008, s. 237).

L. Pytka (2008, s. 74-75) wskazuje na różne aspekty resocjalizacji. Ujmuje ją jako sposób modyfikacji zachowań, czyli minimalizowanie lub eliminowanie występujących zaburzeń (postawy, czyny niezgodne z normami obowiązującymi w danym środowisku). Resocjalizacja ma prowadzić do nauki nowych, społecznie pożądanych postaw. Autor wskazuje także, że jest to zmiana „społecznej przynależności", czyli odrzucenie dotychczasowej roli przestępcy i przyjęcie ról społecznie akceptowanych. Resocjalizacja to również przebudowa emocjonalna wyrażająca się przejściem od uczuć i emocji negatywnych (takich jak złość, pogarda, nienawiść), które służą występowaniu zachowań antyspołecznych do emocji pozytywnych (np. empatia, szacunek do drugiego człowieka, tolerancja, wyrozumiałość). Ponadto resocjalizacja opisywana jest jako wzrastanie w „kulturę"

zaspokajania potrzeb (pierwszego i drugiego rzędu), ale zgodnie z obowiązującymi normami oraz przepisami prawa. Dodatkowo resocjalizację można rozumieć jako kształtowanie prawidłowych postaw społecznych opartych na elementach poznawczych, emocjonalnych i behawioralnych.

Krystyna Ostrowska (2015, s. 51) resocjalizację definiuje w odniesieniu do teorii, etymologii słowa oraz do praktyki. W pierwszym aspekcie jest to „ponowna socjalizacja", a w znaczeniu praktycznym „zespół oddziaływań o charakterze pedagogiczno-psychologicznym, nakierowanych na zmianę tych zachowań, które na podstawie przyjętych kryteriów zostały zakwalifikowane jako przejawy nieprzystosowania społecznego, demoralizacji, przestępczości czy dewiacji".

Miloslav Jůzl (2013, s.118-119) resocjalizację określa jako ponowną socjalizację, ale dodatkowo wskazuje na jej dwie kategorie. Do pierwszej zalicza resocjalizację naturalną (w szerokim zakresie), rozumianą jako życie i funkcjonowanie w warunkach naturalnych, takich jak: dom, rodzina, szkoła. Do drugiej kategorii zalicza on resocjalizację specyficzną, z którą mamy do czynienia w warunkach izolacji penitencjarnej.

Jak wskazuje Henryk Machel (2003, s. 20) „resocjalizacja jest procesem zmian w osobowości człowieka. Jej celem jest zlikwidowanie lub znaczne zmniejszenie nieprzystosowania społecznego u osób, do których jest adresowana. Resocjalizację jako proces korekcyjny, korygujący nieprawidłowo przebiegającą socjalizację, nazywamy także psychokorekcją". O procesie resocjalizacji możemy mówić w kontekście dzieci, osób nieletnich, młodocianych oraz dorosłych. Autor wskazuje także, że w odniesieniu do dzieci i młodzieży resocjalizacja odnosi się do zmian w strukturze osobowości, która nie została do końca ukształtowana, jest w trakcie rozwoju. W przypadku osób dorosłych resocjalizacja to zmiana osobowości już ukształtowanej. Resocjalizacja to zmiana postrzegania własnej osoby (M. L. Burman, 2012, s.149).

Marian Kalinowski (2008, s. 235) twierdzi, że resocjalizacja to jedna z form wychowania, której celem jest przystosowanie osoby przejawiającej zachowania antyspołecznie do powszechnie przyjętych i akceptowanych norm i przepisów. Prowadzony w tym aspekcie proces wychowawczy odnosi się do: minimalizowania i eliminowania czynników ryzyka oraz naturalizowania i rozwijania funkcji wychowawczych.

Marek Konopczyński (2014, s. 19-20) zaproponował inną definicję terminu resocjalizacja, którą określił jako „twórczą resocjalizację" Według autora jest to proces skupiający się na rozwijaniu nieprawidłowej tożsamości (a nie postaw) wykorzystując potencjał i pozytywne aspekty jednostki. W tym rozumieniu celem resocjalizacji nie jest

zmiana społecznie nieakceptowanych postaw i zachowań, ale ukształtowanie nowej tożsamości w oparciu o procesy twórcze i poznawcze. Autor wskazuje na związek pomiędzy twórczością, resocjalizacją i tożsamością.

Według O. Lipkowskiego (1976, s. 208-209) „podstawowym zadaniem resocjalizacji jest doprowadzenie jednostki społecznie niedostosowanego do takich form zachowania się, które są zgodne z obowiązującymi normami społecznymi". Podejmowane działania resocjalizacyjne nie pozwalają na powrót do stanu, który wcześniej występował u danej jednostki, ponieważ człowiek i jego osobowość zmieniają się, rozwijają, dojrzewają, co uniemożliwia powrót do tego, co było wcześniej. Dodatkowo autor wskazuje, że prowadzone działania o charakterze resocjalizacyjnym mogą zminimalizować lub zlikwidować zachowania niepożądane, pod warunkiem, że nie trwały one długo i nie wywołały trwałych i głębokich zmian osobowościowych i charakterologicznych.

W odniesieniu do procesu resocjalizacji H. Machel (2003, s. 20-21) wyróżnił jej dwa cele: minimum i maksimum. Pierwszy odnosi się do uzyskania zmian w osobowości jednostki opuszczającej zakład karny, w sposób, który umożliwi jej funkcjonowanie z życiu społecznym zgodnie z powszechnie obowiązującymi normami społecznymi. Cel maksimum oznacza nie tylko prawidłowe funkcjonowanie w życiu społecznym, ale także akceptację innych ważnych norm, przepisów społecznych i moralnych. Osiągnięcie celu maksimum minimalizuje ryzyko powrotu do przestępstwa i zakładu karnego i pomaga w utrwalaniu powszechnie akceptowanych norm i postaw. Osiągnięcie celu minimum pozwala na powstrzymanie się przed podejmowaniem zachowań przestępczych, ale nie uniemożliwia dalszego naruszania przepisów prawa, popadania w konflikty, zażywania środków psychoaktywnych i popadania w uzależnienia, a także odbudowy relacji rodzinnych i wyznaczenia celów życiowych. Z kolei osiągnięcie celu maksimum nie tylko umożliwia trwałą i szybszą readaptację społeczną, ale również pozwala na reorganizację życia (osobistego i rodzinnego), minimalizuje ryzyko popadania w konflikty (z osobami najbliższymi i z prawem), uzależnienia oraz pozwala wyznaczać i realizować właściwe cele życiowe (H. Hamsir, Z. Zainuddin, A. Abdain, 2019, s. 112).

M. Jůzl (2013, s. 119) wyróżnił cztery cele resocjalizacji. Zalicza do nich: kreatywność (rozumianą jako rozwijanie nowych umiejętności, zdobywanie wiedzy), optymalizację (czyli kształtowanie i wzmacnianie poczucia odpowiedzialności, zaangażowania czy uczciwości), minimalizację (odnoszącą się do redukcji, wygaszania negatywnych postaw i zachowań) oraz korekcję (dotyczącą pewnej reorganizacji i zmiany poglądów).

W odniesieniu do osób dorosłych, przebywających w zakładach karnych mówimy o resocjalizacji penitencjarnej. Jest to proces, który odbywa się w warunkach izolacji więziennej, dotyczy osób zdemoralizowanych, niekiedy wykolejonych przestępczo. Jej głównym celem jest nie tylko zmiana pewnych postaw i sposobów zachowania, ale uzyskanie zmian charakterologicznych poprzez zmianę lub zminimalizowanie niewłaściwych i nieakceptowanych społecznie postaw, które warunkują niepożądane zachowanie danej jednostki (E. A. Timofeeva, 2019, s.1, H. Machel, 2003, s. 21).

Osoba przebywająca w zakładzie karnym poddawana jest procesowi resocjalizacji, „której celem jest wyeliminowanie bądź też zmniejszenie nieprzystosowania społecznego. Resocjalizacja będąca procesem korekcyjnym koryguje błędnie przebiegający proces socjalizacji – psychokorekcją" (A. Kojadyńska, J. Gałędek, 2017, s. 86).

O. Lipkowski (1976, s. 288-296) wyróżnił także cztery etapy procesu resocjalizacji. Pierwszy etap odnosi się do kontaktów z grupą. Ważną rolę odgrywa tu wychowawca, opiekun grupy, od którego zależy dalszy przebieg całego procesu. Jest on osobą, która powinna wzbudzać zaufanie i jednocześnie stanowić wsparcie. Drugi etap odnosi się do przystosowania i akceptacji, czyli stopniowego wprowadzania pewnych zasad, dostosowanych do możliwości danej osoby. Jest to moment, w którym wychowanek podopieczny wyraża akceptację względem podejmowanych wobec niego działań. Kolejny etap dotyczy korektury pojęć moralnych, a więc rozwijania i kształtowania świadomości moralnej oraz reorganizacji i przewartościowania nieprawidłowo nauczonych pojęć, postaw i zachowań. Jest to etap trudny, ponieważ wychowanek znajduje się pod silną presją grupy, która nie zawsze akceptuje opinię czy postawę wychowawcy, opiekuna. Jako ostatni O. Lipkowski wyróżnił etap gotowości do realizacji przyjętych poglądów moralnych i społecznych. Głównym i najważniejszym zadaniem na tym etapie procesu resocjalizacji jest utrwalenie wyuczonych zmian oraz gotowość podopiecznego do ich przestrzegania w codziennych sytuacjach społecznych.

Osoby przejawiające zachowania i postawy społecznie nieakceptowane, niepożądane, a także dopuszczające się czynów karalnych powinny być poddane procesowi resocjalizacji, który oznacza wywołanie określonych zmian w jednostce w zakresie jej osobowości, a tym samym w sposobie jej postępowania. Proces resocjalizacji najczęściej przebiega w warunkach izolacji penitencjarnej, której charakterystykę opisano w kolejnej części pracy.

1.5. Krytyka resocjalizacji w warunkach izolacyjnych

Zakład karny jako „miejsce" odbywania kary pozbawienia wolności jest instytucją o charakterze totalnym, na co wskazuje jej organizacja i utrudnienia związane z jej funkcjonowaniem. Do tych ograniczeń zalicza się: bariery fizyczne (np. wysoki mur, kraty w oknach, kamery), podległość wszystkich osób (osadzonych i funkcjonariuszy), postępowanie zgodne z zasadami oraz przebywanie z określonymi osobami (M. Lubińska-Bogacka, 2017, s. 113-114; M. Ciosek, 2008, s. 326,; H. Machel, 2003, s. 45).

Zgodnie z obecnie obowiązującymi przepisami kodeksu karnego wykonawczego (Dz.U.2021.0.53, art. 96 k.k.w.) oraz regulaminem wykonywania kary pozbawienia wolności[5] karę tę wykonuje się w czterech rodzajach zakładów karnych:

- dla młodocianych – są przeznaczone dla osób, które nie ukończyły 24 roku życia. Ich celem jest odizolowanie osób młodych od innych, bardziej zdemoralizowanych osadzonych;
- dla odbywających karę po raz pierwszy – w których karę odbywają osadzeni niekwalifikujący się do innych zakładów. Jest to miejsce dla osób pierwszy raz izolowanych, a nie pierwszy raz skazanych;
- dla recydywistów penitencjarnych – recydywiści to grupa osadzonych, która wymaga szczególnego podejścia i pracy resocjalizacyjnej ze względu na wysoki stopień demoralizacji, stąd umieszczane są tu osoby skazane głównie za przestępstwa umyślne, a także na zastępczą karę pozbawienia wolności;
- dla odbywających karę aresztu wojskowego przeznaczonych dla żołnierzy (mogą oni odbywać również karę w innych zakładach) (J. Gruźlewska, 2017, s. 103-104).

Wobec osób, które naruszyły normy prawne, dobra, prawa, godność i wolność drugiej osoby stosuje się kary izolacyjne. Izolacja pociąga za sobą negatywne konsekwencje dla psychospołecznego funkcjonowania jednostki. Im jest ona dłuższa tym te skutki pogłębiają się i utrwalają, prowadząc do sytuacji zagrażających osobie osadzonej (T. Kalisz, A. Kwieciński, 2013, s. 57; B.A. Paterline, D. Orr, 2016, s. 71;).

Podczas odbywania kary pozbawienia wolności i pobytu w zakładzie karnym dochodzi do deprywacji potrzeb fizycznych, psychicznych, społecznych i duchowych skazanych. Wskazuje się, że osoby osadzone stosunkowo silnie odczuwają brak możliwości zaspokojenia swoich potrzeb seksualnych (deprywacja w tym przypadku prowadzi do przejawiania

---

[5] Rozporządzenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 21 grudnia 2016 r. w sprawie regulaminu organizacyjno-porządkowego wykonywania kary pozbawienia wolności, Dz.U. 2016 poz. 2231.

zachowań agresywnych, impulsywnych czy czynności niekontrolowanych), potrzeby ujawnienia się (zasady i reguły, które na co dzień wyznaczają sposób funkcjonowania w jednostce penitencjarnej ograniczają możliwości „pokazania się", swojej indywidualności, co może prowadzić do podejmowania czynności, które sprawią, że jednostka zacznie być widoczna, będzie się wyróżniać), autonomii (poczucie niezależności jest bardzo ważne dla wszystkich ludzi. W zakładzie karnym, jednostka nie może sama o sobie decydować, żyje i postępuje według określonych reguł i zasad. Deprywacja tej potrzeby może przejawiać się w próbie ucieczki). Skazani wykazują agresję (pokazują swoją siłę, przeciwstawiają się, okazywana agresja to także pewna forma neutralizacji doznanych cierpień). Odczuwają także potrzebę uzyskania wsparcia. Brak możliwości lub trudności w zaspokojeniu potrzeb przekładają się na potrzebę uzyskania wsparcia, pocieszenia, pomocy czy życzliwości (K. Ostrowska, 2008, s. 256-257; B. Crew, S. Hulley, S. Wright, 2016, s. 518).

Pobyt w zakładzie karnym jest zaliczany do doświadczeń stresujących. Jednym ze stresorów jest niewątpliwie czas odbywania kary pozbawienia wolności. Szczególnie silne reakcje wywołują długoterminowe kary izolacyjne. W dalszej kolejności wskazuje się na subiektywną ocenę surowości lub nie orzeczonej kary. Widoczne ograniczenia fizyczne (mury, kraty, strażnicy) również zaliczane są do czynników stresogennych. Ich dotkliwość jest nasilona w pierwszych dniach i miesiącach pobytu w zakładzie, z uwagi na towarzyszące, silne emocje takie jak: złość, gniew, smutek, rozgoryczenie, osamotnienie czy chęć zemsty. W przypadku osób osadzonych „słabych" psychicznie, nieodpornych na sytuacje trudne może wystąpić zespół stresu postraumatycznego (PTSD), objawiający się napadami paniki, zaburzeniami snu, niestabilnością emocjonalną, a także ponownym doświadczaniem traumy. Na wystąpienie PTSD narażone są także osoby, które przebywają w areszcie śledczym i oczekują na proces oraz wyrok. W niektórych przypadkach może prowadzić to do prób samobójczych czy autoagresji. Innym czynnikiem stresogennym jest rodzaj i typ zakładu karnego, a także system odbywania kary pozbawienia wolności (M. K. Dhami, P. Ayton, G. Lowenstein, 2007, s. 1086; J.M. Piotrowski, M. Ciosek, 2017, s. 441-443; K. Gedney, 2019, https://www.linkedin.com/pulse/10-psychological-effects-prison-what-happens-your-gedney-md-dr-g- (dostęp z dnia 24.07.2021r.); J. Leonard, 2020, https://www.medicalnewstoday.com/articles/solitary-confinement-effects (dostęp z dnia 24.07.2021).

Pobyt w jednostce penitencjarnej zaliczany jest do sytuacji trudnych i stresujących, a także warunkujących sposób zachowania się skazanych. Osoby pozbawione wolności doświadczają:

- deprywacji, która odnosi się do braku możliwości zaspokojenia potrzeb zarówno o charakterze psychicznym (kontakt z osobami bliskimi, wsparcie emocjonalne) jak i fizycznym (brak dostępu do określonych przedmiotów czy żywności), które przekładają się na stan psychofizyczny danej osoby;
- przeciążenia oznaczające pewne zadania, obowiązki, które osoba pozbawiona wolności musi wykonywać, ale nie są one dostosowane do jej możliwości, a w konsekwencji mogą doprowadzić do podjęcia próby samobójczej;
- utrudnień charakterystycznych w przypadku nagłej zmiany codziennych warunków (np. kraty w oknach, zamknięte drzwi), w których dana osoba żyła i wykonywała określone czynności czy wystąpienia choroby. Sytuacje te wywołują lub nasilają frustrację, która w konsekwencji przekłada się na zachowania destrukcyjne i autodestrukcyjne;
- zagrożeń definiowanych jako sytuacje, podczas których z większym prawdopodobieństwem może dojść do naruszenia dobra fizycznego lub materialnego, które ma szczególne znaczenie dla danej osoby;
- konfliktów interpersonalnych lub moralnych, które pojawiają się w sytuacjach różnicy w poglądach czy interesach (D. Kanarek-Lizik, 2017, s. 49-50).

Zakład karny jest miejscem obcym i nieznanym dla osoby, która zostaje w nim osadzona (nie licząc recydywistów penitencjarnych), dlatego wywołuje stres, a sposób radzenia sobie z nim warunkuje nie tylko sam pobyt w izolacji, ale również po zakończeniu kary. „Powszechnymi źródłami stresu, z którymi styka się więzień, są utrata wolności, przemoc, konflikty z innymi więźniami lub personelem, brak prywatności, przepełnienie (…) występowanie skłonności do przemocy i agresji, obniżony nastrój, konieczność odnalezienia własnego miejsca w hierarchii więziennej, na której czele są grypsujący i osoby z długoletnimi wyrokami, życie w ciągłym poczuciu zagrożenia i niemożność przewidywania sytuacji, niezaspokojoną potrzebę bezpieczeństwa” (B. Skowroński, E. Talik, 2018, s. 526).

Osoby przybywające do zakładów karny muszą przystosować się nowej sytuacji i nowych warunków. Przystosowują się do nowej rzeczywistości na różne sposoby, poprzez:

- wycofanie, czyli skupienie się tylko na sobie, odcięcie się od innych osadzonych, przybranie postawy obojętnej, nie wykazywanie niczym zainteresowania. Taka postawa może przyczyniać się do stosowania zbyt dużej ilości mechanizmów obronnych, a w konsekwencji do uciekania w świat fantazji czy nadmiernej idealizacji;

- bunt – postawa wyrażająca się bezkompromisowym podejściem z widocznym oporem i wrogim nastawieniem (szczególnie do funkcjonariuszy i personelu więziennego), zwłaszcza w początkowej fazie pobytu w zakładzie karnym;
- zadomowienie – technika, którą najczęściej zaobserwować można w przypadku recydywistów penitencjarnych. Oznacza (w miarę możliwości) stworzenie sobie takich warunków do życia, które w pewnym sensie zapewnią swobodę i dadzą poczucie stabilności, tym samym pozwalając przetrwać pobyt w izolacji. Ten typ przystosowania cechuje osoby niewrażliwe emocjonalnie, makiawelistyczne, które potrafią szybko odnaleźć się w nowej sytuacji (przypuszcza się, że osadzeni o osobowości psychopatycznej najczęściej przyjmują ten typ przystosowania);
- konwencję, czyli stwarzanie pozorów dobrego, poukładanego i zgodnego osadzonego, który bezwarunkowo poddaje się prowadzonym wobec niego oddziaływaniom. Jest to postawa egoistyczna, nastawiona na uzyskanie konkretnych i wymiernych korzyści;
- zimną kalkulację, w której łączy się technikę opartą na zadomowieniu i konwencji, w celu uzyskania dodatkowych nagród, poprzez wykorzystanie słabych stron i niekiedy tajemnic personelu więziennego (D. Kanarek-Lizik, 2017, s. 63-64).

Izolacja penitencjarna utrudnia lub uniemożliwia zaspokajanie podstawowych potrzeb człowieka (wolności czy decydowania o sobie). Przyczynia się to powstawania pewnych ograniczeń w naturalnym funkcjonowaniu jednostki, jak również powstania i przyjęcia negatywnych sposobów radzenia sobie w sytuacji trudnej (w tym zaspokojenia potrzeb) i przystosowania do niej. Proces ten nazywamy prizonizacją. Pozostaje on w opozycji do procesu resocjalizacji. Pogłębia demoralizację i jej skutki. Jednostka, która poddała się procesowi prizonizacji, przyjmuje sposób postępowania, jaki obowiązuje w zakładzie karnym. Tym samym utrudnia i minimalizuje szansę na pozytywną readaptację społeczną, ponieważ po opuszczeniu jednostki penitencjarnej nie potrafi funkcjonować według powszechnie obowiązujących norm i zasad, zgodnych z prawem. Utrwala zjawisko wykluczenia społecznego. Podczas odbywania kary pozbawienia wolności osoby skazanee nie tylko żyją i funkcjonują w określonym reżimie, przestrzegając ustalonych reguł i zasad, ale także podporządkowują mu się. Mają zapewnione podstawowe potrzeby takie jak: regularne posiłki, miejsce do spania, kontakt z lekarzem, organizacja zajęć i pracy. W konsekwencji u osób skazanych może pojawić się syndrom wyuczonej bezradności, który często obserwują osoby zajmujące się świadczeniem pomocy postpenitencjarnej. Uniemożliwia to prawidłowe pełnienie ról społecznych, samodzielne podejmowanie decyzji

czy brak motywacji do podejmowania aktywności zawodowej (M. K. Dhami, P. Ayton, G. Lowenstein, 2007, s. 1086; S. Musioł, 2013, s. 159-161). Proces prizonizacji, a więc przystosowania się do warunków więziennych zależy od wielu czynników. Zalicza się tu: wcześniejsze doświadczenia związane z pobytem w placówce izolacyjnej, poziom akceptacji podkultury więziennej i identyfikacji z grupą przestępczą, brak kontaktów z najbliższymi, cechy osobowości osadzonego czy długość zasądzonego wyroku (B.A. Paterline, D. Orr, 2016, s. 70; K. Maliszewski, 2017, s. 197-198; K. Pierzchała, 2018, s. 63).

Osoby izolowane od społeczeństwa przejawiają zaburzenia emocjonalne i fizyczne (np. pojawienie się choroby) ze względu na ograniczoną liczbę bodźców oraz kontaktów międzyludzkich, co w znaczący sposób utrudnia proces readaptacji społecznej. Zaburzenia mogą przybierać różną formę i objawiać się w nieprzyjemny i drastyczny sposób (M. Roguski, F. Chauvel, 2009, s.24; Ł. Mrózek, 2014, s.48).

Negatywne konsekwencje związane z doświadczaniem stresu w wyniku pobytu w izolacji penitencjarnej mogą mieć krótkie, bezpośrednie jak i odległe (pośrednie i bezpośrednie) skutki. Mogą odnosić się one do zmian o charakterze: fizjologicznym (napięcie mięśniowe, zwiększona akcja serca, problemy trawienne, nagłe i naprzemienne zmiany temperatury ciała), psychologicznym (lęku, niepewności, zagrożenia, zniechęcenia, pobudzenia emocjonalnego, przechodzenia od euforii do apatii, brak motywacji i chęci do działania, natłok myśli) oraz behawioralnym (nadmierna aktywność, ruchliwość lub przeciwnie zahamowanie, nadmierne pocenie się, drżenie głosu, rąk, trudności z koncentracją, logicznym myśleniem, samodzielnym podejmowaniem decyzji czy występowanie zachowań agresywnych i autoagresywnych). Długotrwałe, negatywne skutki izolacji często są mniej widoczne i nierzadko pojawiają się z upływem czasu. W konsekwencji przekłada się to na występowanie chorób o charakterze psychosomatycznym (P. Perska, P. Stępniak, 2014, s.55-56; J.M. Piotrowski, M. Ciosek, 2017, s. 445-448; K.R. Quandt, A. Jones, 2021, https://www.prisonpolicy.org/blog/2021/05/13/mentalhealthimpacts/ (dostęp z dnia 24.07.2021r.).

Zakład karny jest miejscem, które warunkuje sposób psychospołecznego funkcjonowania danej jednostki po jego opuszczeniu. Wśród negatywnych czynników można wyróżnić: przeludnienie zakładów karnych, kontakt z osobami zdemoralizowanymi, niewłaściwe wykorzystanie czasu wolnego czy brak odpowiednich form wsparcia. Wszystkie te czynniki utrudniają proces resocjalizacji, a także obniżają jego skuteczność i efektywność (E. Łuczak, 2016, s. 106).

Negatywne konsekwencje związane z pobytem w zakładzie karnym widoczne są w sferze: społecznej, psychicznej (emocjonalnej) i fizycznej. Stres związany z odbywaniem kary pozbawienia wolności może przyczyniać się do wystąpienia zaburzeń psychicznych. Strach, frustracja i złość są reakcjami na brak możliwości osiągnięcia określonego celu i zaspokojenia potrzeb. W konsekwencji może wywoływać to napady agresji i prowadzić do podejmowania prób samobójczych (A. Ozga, 2017, s. 62, 65-66). Można zatem uznać, że pobyt w zakładzie karnym, który związany jest z izolacją od osób najbliższych i całego społeczeństwa wpływa negatywnie na stan psychiczny danej jednostki (A. Kubicz, 2014, s. 95).

Sposób funkcjonowania osób skazanych (szczególnie recydywistów penitencjarnych) w znacznym stopniu warunkują zaburzenia zachowania, trudności adaptacyjne oraz zmiany osobowości będące wynikiem uzależnienia od substancji psychoaktywnych (K. Łuczak, 2014, s. 30; A. Morin, 2021 https://www.verywellmind.com/menta-health-effects-of-prison-5071300 (dostęp z dnia 24.07.2021r.).

Konsekwencje pobytu w zakładzie karnym ponosi nie tylko osoba, która zostaje tam osadzona, ale również jej najbliżsi. Rodzina powinna stanowić źródło siły i wsparcia, niemniej jednak izolacja penitencjarna przyczynia się do rozluźnienia i rozpadu więzi rodzinnych. Rodzina również często jest stygmatyzowana przez najbliższe otoczenie (C. Haney, 2001, s. 15; J.D. Pol, 2008, s. 141-142).

Złożoność oddziaływań resocjalizacyjnych nie pozwala na szybkie i jednoznaczne określenie ich skuteczności i efektywności. Dokonywanie ewaluacji jest procesem niezbędnym, który przyczynia się do rozwoju teorii i podejmowania odpowiednich działań w rzeczywistości penitencjarnej (R. Opora, 2010, s. 219). Pobyt w izolacji penitencjarnej pociąga za sobą szereg negatywnych konsekwencji zarówno dla samego osadzonego jak i jego najbliższego otoczenia. W przypadku ograniczenia wolności i występujących trudnościach związanych z realizacją swoich potrzeb trudno jest mówić o zaletach dla samych skazanych. Niemniej jednak, pomimo licznych wad czy pojawiających się utrudnień zakłady karne są niezbędnym elementem zapewniającym prawidłowe funkcjonowanie społeczeństwa. Do pozytywnych aspektów można zaliczyć możliwość pracy, edukacji, udział w zajęciach kulturalno-oświatowych czy udział w terapii i walkę z uzależnieniami (G.B. Szczygieł, 2002, s. 89; https://www.sw.gov.pl/aktualnosc/zaklad-karny-w-warszawie-bialolece-oddzialywania-penitencjarne-na-czym-to-polega, dostęp z dnia 23.07.2021r.); M. K. Dhami, P. Ayton, G. Lowenstein, 2007, s. 1087).

Zakład karny jest miejscem, które w znaczący sposób warunkuje sposób postępowania człowieka zarówno podczas jego izolacji, jak i po jej zakończeniu. Największe zagrożenie stanowi brak kontaktów ze światem zewnętrznym, szczególnie z rodziną i najbliższymi. Aby proces resocjalizacji zakończył się pozytywnie i osoby opuszczające placówki izolacyjne mogły ponownie zacząć „funkcjonować" w społeczeństwie prowadzone oddziaływania muszą być efektywne i skuteczne.

1.6. Efektywność oddziaływań resocjalizacyjnych

W odniesieniu do realizowanych programów i prowadzonych oddziaływań w literaturze spotykamy się z pojęciem skuteczność i efektywności. Pierwsze z nich oznacza stopień, w jakim osiągnięte zostały założone cele i efekty programu. Z kolei efektywność prowadzonych oddziaływań odnosi się do uzyskanych wyników z uwzględnieniem poniesionych nakładów i użytych zasobów (M.J. Sochacki, 2014, źródło: https://www.profnet.org.pl/przewodnik-metodyczny-etoh-wskazniki-dzialania-ewaluacja-w-profilaktyce/, dostęp z dnia 19.10.2021r.).

W literaturze przedmiotu te dwa pojęcia są używane zamiennie chodź nie oznaczają tego samego.

Efektywność resocjalizacji odnosi się do trwałych i pozytywnych zmian, które są odczuwane przez jednostkę i społeczeństwo. Może być ona rozumiana jako osiągnięcie założonego celu, a także jako stopień sprawności i skuteczności prowadzonych działań (Z. Bartkowicz, 2016, s. 46). Janina Sztuka (2018, s. 88-94) wskazuje, że poprzez efektywność resocjalizacji rozumiemy „osiągnięcie pozytywnych i trwałych rezultatów z punktu widzenia dobra uczestnika tego procesu oraz całego społeczeństwa". O efektywności prowadzonych oddziaływań resocjalizacyjnych można mówić w odniesieniu do „modyfikacji zachowań" – nauce pewnych sposobów postępowania czy zachowania się (ale nie muszą być to zmiany trwałe). W literaturze podkreśla się, że o efektywności prowadzonych oddziaływań świadczy również nastawienie do innych osób, motywacja i chęć zmiany, uświadomienie sobie pewnych sprzeczności i konfliktów wewnętrznych oraz ich nazwanie.

Odnosząc się do zmian w zachowaniu i osobowości jednostki skuteczność będzie określana poprzez zminimalizowanie lub wygaszenie zachowań antyspołecznych, brak związku z podkulturą przestępczą czy poprawę relacji z rodziną i najbliższymi. Skuteczność w resocjalizacji odnosi się do społecznego funkcjonowania człowieka. K. Pospiszyl twierdzi,

że dobrym wskaźnikiem skuteczności oddziaływań resocjalizacyjnych może być zmiana w zakresie postaw wobec innych ludzi. Za miernik uzyskanych zmian uznaje on „wyrównanie się postaw społecznych” (J. Sztuka, 2018, s. 90).

O skuteczności podejmowanych oddziaływań mówimy w kontekście modyfikacji i zmiany zachowań poprzez ich wygaszanie i minimalizowanie na rzecz rozwijania i utrwalania nowych, społecznie akceptowanych (I. Motow, 2013, s, 2).

Jednym z podstawowych warunków efektywności prowadzonych oddziaływań jest prawidłowa diagnoza i przygotowanie odpowiednich działań o charakterze resocjalizacyjnym lub terapeutycznym (D. Ochojska,2009,s. 286). Ewa Wysocka (2015, s. 9,18) również podkreśla, że efektywność prowadzonych oddziaływań resocjalizacyjnych rozpoczyna się od prawidłowej diagnozy. Proces ten powinien nie tylko obejmować określenie poziomu zaburzeń danej jednostki, ale także jej potencjałów i możliwości niezbędnych do funkcjonowania w społeczeństwie.

Praca z osobami pozbawionymi wolności wymaga ciągłej gotowości do działania i podejmowania decyzji. Znaczenie mają tutaj czynniki tkwiące w organizacji (np. styl zarządzania) oraz w relacjach interpersonalnych (np. występowanie konfliktów). Ponadto sposób prowadzenia oddziaływań resocjalizacyjnych wiąże się z posiadanymi kompetencjami i umiejętnościami o charakterze osobistym (do których zalicza się wiedzę i umiejętność rozpoznawania emocji i ich kontroli oraz motywację i zaangażowanie w podejmowane działania) i społecznym (takie jak: empatia, umiejętność rozwiązywania konfliktów, umiejętności komunikacyjne czy wywieranie wpływu) (D. Ochojska, 2009, s. 285-286).

Skuteczność prowadzonych oddziaływań resocjalizacyjnych warunkują rożne czynniki. Do tych, które przekładają się na niską skuteczność zalicza się: nadmierną biurokratyzację i liczbę zadań, jakie ma do wykonania personel penitencjarny, przeludnienie zakładów karnych, trudności readaptacyjne byłych osadzonych, udział w podkulturze, brak motywacji do podejmowania działań przez osadzonych, a także występujące akty agresji i samoagresji. Ponadto, brak wsparcia ze strony najbliższych, długość odbywania kary oraz stygmatyzacja społeczna również obniżają skuteczność prowadzonych oddziaływań (E. Łuczak, W. Łuczak, 2015, s. 41-43).

Robert Opora (2014, s. 573-575) wyróżnił czynniki, które utrudniają oraz wspomagają proces właściwej implementacji, adaptacji prowadzonych oddziaływań w placówkach penitencjarnych. Do pierwszej grupy zaliczył: czynniki związane z nakładem finansowym (brak odpowiednich funduszy lub ich niewystarczająca ilość), czas przewidziany na realizację (wprowadzenie niektórych rozwiązań i uzyskanie zamierzonych efektów często jest

działaniem długofalowym i wymaga odpowiedniej ilości czasu), brak właściwego wsparcia (ze strony osób i instytucji odpowiedzialnych za realizację określonych działań m.in. przełożonych, pracowników i instytucji zewnętrznych, których działania skierowane są do osób przebywających w warunkach izolacji penitencjarnej), a także procedury (przepisy i zasady obowiązujące w jednostce podległej właściwemu resortowi).

Elżbieta Łuczak podkreśla, że na niską skuteczność oddziaływań prowadzonych w polskich zakładach karnych w znacznym stopniu wpływa przeludnienie zakładów karnych, niewłaściwe i nieumiejętne wykorzystanie czasu wolnego przez skazanych, udział w podkulturze czy nadmierna biurokracja i zbyt mała ilość czasu, jaką personel więzienny może realnie wykorzystać na działania o charakterze resocjalizacyjnym. Autorka wskazuje także, na trudności readaptacyjne i brak właściwej pomocy postpenitencjarnej (np. brak mieszkania, brak wsparcia ze strony najbliższych, stygmatyzacja społeczna i trudności związane z wykluczeniem cyfrowym) (E. Łuczak, 2014, s. 301-302).

W literaturze przedmiotu wskazuje się także na czynniki, które wspomagają proces skuteczności prowadzonych odziaływań resocjalizacyjnych. R. Opora (2014, s. 576-577) do czynników wspomagających ten proces zaliczył: motywację (do osiągnięcia zamierzonych efektów), wiedzę, umiejętności i kompetencje osób realizujących określone zadania (udział w odpowiednich szkoleniach pozwalających na zdobycie określonych umiejętności do realizacji nowych zadań), minimalizacja kosztów i maksymalizacja zysków (ważna jest umiejętność przewidywania wystąpienie niepożądanych sytuacji oraz możliwości i zaangażowania poszczególnych jednostek w osiągnięciu zamierzonych rezultatów), jasno określone cele i procedury postępowania (pozwala to na realizację zadań w terminie oraz uniknanie błędów związanych z interpretacją założeń i uzyskanych efektów), sposób postępowania przełożonych (powinien być spójny i jednolity, oparty na jasno określonych zasadach, które pozwolą na szybkie podejmowanie decyzji w sytuacjach nagłych i jednocześnie nie zaburzą realizacji wdrażanego programu resocjalizacyjnego) oraz stabilność (zmiany personalne zarówno na stanowiskach kierowniczych jak i wśród osób realizujących dany program mogą przełożyć się na założone i uzyskane efekty).

Obok czynników tkwiących w samej jednostce na skuteczność procesu resocjalizacji wpływają również czynniki zewnętrzne, do których zalicza się: rodzaj dokonanego przestępstwa, długość zasądzonej kary, typ, rodzaj i wielkość placówki penitencjarnej oraz wcześniejsze doświadczenia przestępcze. Do tych czynników zalicza się także umiejętności, wiedzę, doświadczenie i kompetencje personelu więziennego. Istotną rolę odgrywają predyspozycje osobowościowe takie jak: umiejętności komunikacyjne, poziom empatii,

kultura osobista, sposoby rozwiązywania konfliktów oraz reagowania w sytuacjach stresowych, obiektywizm i indywidualne podejście do każdego z osadzonych. Podejście i nastawienie osób będących w bezpośrednim kontakcie z osobami pozbawionymi wolności przekłada się na chęć udziału i stopień zaangażowania w działania resocjalizacyjne (E. Łuczak, 2014, s. 302-303).

Pozytywne efekty prowadzonych oddziaływań resocjalizacyjnych wobec osób nieprzystosowanych społecznie koncentrują się na rozwijaniu umiejętności niezbędnych do życia w środowisku społecznym, przestrzegania obowiązujących norm i przepisów prawa, a także konstruktywnych sposobów rozwiązywania konfliktów. Na skuteczność realizowanych programów resocjalizacyjnych przekładają się następujące czynniki: dostosowanie programu do potrzeb jego odbiorców oraz poziomu ryzyka powrotności do przestępstwa, wykorzystanie odpowiednich metod, które będą dostosowane do poziomu i możliwości uczestników, różnorodność i złożoność omawianych treści, tak aby rozwijały i kształtowały różne umiejętności i kompetencje, odpowiednie rozplanowanie omawianych treści i ich realizacja przez osoby kompetentne, a także oparcie w teorii i praktyce (R. Opora, 2010, s.212, 214; M. Taylor, 2017, s. 5).

Aby działania podejmowane na rzecz osób osadzonych były skuteczne niezbędna jest współpraca personelu więziennego z innymi instytucjami (rządowymi i poza rządowymi świadczącymi pomoc skazanym i byłym skazanym), ale także z rodziną i najbliższym środowiskiem. Przekłada się to na wzrost poziomu nauczania, lepsze warunki zatrudnienia, poprawę kontaktów z rodziną i najbliższym środowiskiem. Dodatkowo zwiększa motywację do działania i podnosi poziom samoświadomości (E. Pindel, 2009, s.114-115). Dodatkowo R. Opora (2014, s. 570-571) i M. Taylor, 2017, s.8) podkreślają, że efektywność prowadzonych oddziaływań resocjalizacyjnych wiąże się z „implementacją określonej polityki kryminalnej", która realizowana konsekwentnie w połączeniu z określonymi programami resocjalizacyjnymi przyczynia się do uzyskania określonych celów. W znacznym stopniu za wdrożenie i odpowiednie realizowanie określonych programów na rzecz osób skazanych, a także ich skuteczność odpowiedzialny jest personel więzienny, który ma bezpośredni kontakt z osobami pozbawionymi wolności. Ich główne zadania opiera się na potrzebie ewaluacji wprowadzonych zmian oraz na potrzebie uzyskania możliwie maksymalnego efektu.

Udział osób osadzonych w programach o charakterze resocjalizacyjnym pozwala im nie tylko na zdobycie nowej wiedzy czy umiejętności, ale także na powrót do życia w warunkach wolnościowych. Przejawia się to m.in. w postępowaniu zgodnym

z powszechnie panującymi normami, przestrzeganiu prawa czy poprawie ogólnego zachowania. Pozytywne zakończenie procesu resocjalizacji i readaptacji społecznej przekłada się na skuteczność prowadzonych oddziaływań w warunkach izolacji penitencjarnej (J. Jezierska, 2017, s. 286).

Działania podejmowane zarówno na rzecz poprawy pracy personelu więziennego, jak i osób osadzonych powinny koncentrować się na: poprawie szybkości podejmowania decyzji i rozwiązywania sytuacji problemowych oraz konfliktowych, uproszczeniu dokumentacji i jej obiegu, realizacji działań wobec osób osadzonych, które przełożyłyby się na spadek liczby samobójstw, aktów agresji i samoogresji. W odniesieniu do osób osadzonych, czynnikiem chroniącym i jednocześnie zmniejszającym skuteczność prowadzonych oddziaływań jest edukacja – możliwość jej kontynuacji nawet na poziomie uniwersyteckim. Jako kolejny czynnik należy wskazać podejście do skazanych, oparte na cechach indywidualnych, potencjale i możliwościach tkwiących w samej jednostce (E. Łuczak, W. Łuczak, 2015, s.44-46; United Nations Office on Drugs and Crime, 2018, s. 6; K. Pierzchała, 2019, s. 131).

Działania podejmowane w stosunku do konkretnej jednostki powinny być pewnym mechanizmem motywującym ja do dalszego działania, ponieważ to w bezpośredni sposób przekłada się na ich efektywność (E. Wysocka, 2015, s. 49).

Złożoność oddziaływań resocjalizacyjnych nie pozwala na szybkie i jednoznaczne określenie ich skuteczności i efektywności. Dokonywanie ewaluacji jest niezbędnym procesem, który przyczynia się do rozwoju teorii i podejmowania odpowiednich działań w rzeczywistości penitencjarnej (R. Opora, 2010, s. 219).

Prowadzone oddziaływania mają określone cele i bardzo ważne jest ich osiągnięcie. Wskazuje się na czynniki, które utrudniają i wzmacniają prowadzone działania, dlatego te pierwsze należy minimalizować przy jednoczesnym wzmacnianiu czynników wspomagających uzyskanie założonych efektów.

Rozdział II Działania podejmowane na rzecz osób skazanych

2.1. Readaptacja społeczna osób nieprzystosowanych społecznie

W odniesieniu do osób, które zostały poddane procesowi resocjalizacji mówimy także o readaptacji społecznej, czyli ponownej adaptacji, przystosowaniu i postępowaniu zgodnie z ogólnie przejętymi normami społecznymi, ale w sposób zgodny z potrzebami danej jednostki. Readaptację społeczną, jako proces odnoszący się do osób przebywających w placówkach izolacyjnych można rozpatrywać w dwóch aspektach: węższym, który odnosi się do pewnych umiejętności związanych ze stosowaniem właściwych mechanizmów i sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych oraz w szerszym, który „obejmuje wszystkie umiejętności adaptacyjne potrzebne do pełnego uczestnictwa w życiu społecznym w różnych sytuacjach i okolicznościach" (A. Fidelus, 2020a, s. 95-97).

Readaptacja społeczna to proces, który rozpoczyna się podczas pobytu w zakładzie karnym i wiąże się z wykonywaniem kary pozbawienia wolności. Uznaje się, że jest to końcowy etap procesu resocjalizacji, a jego pomyślność zależy od otrzymanego wsparcia społecznego. Podejmowane działania powinny być ukierunkowane na poprawę relacji z najbliższymi (rodziną i sąsiadami), znalezienie mieszkania, pracy a także „odnalezienie" się w pełnionych (nowych) rolach społecznych. W celu uzyskania oczekiwanych rezultatów, w procesie readaptacji należy kierować się potrzebami i możliwościami danej jednostki (A. Kieszkowska, 2015, s. 273-275).

Readaptacja społeczna jest procesem, w którym osoba lub grupa osób przystosowuje się do ponownego funkcjonowania w społeczeństwie. Osoby opuszczające zakłady karne często mają problemy z ponownym przystosowaniem się do warunków wolnościowych i nazywane są „uczestnikami procesu readaptacji społecznej" (A. Fidelus, 2009, s. 38).

Wiesław Ambrozik (2007, s. 182) readaptację społeczną definiuje jako „ponowne przystosowanie się jednostki do czynnego i samodzielnego życia, wyrażającego się w pełnieniu ról społecznych związanych z podstawowymi sferami i płaszczyznami ludzkiej egzystencji". Readaptację społeczną można rozumieć także jako pewną odbudowę, naprawę, ponowne przyjęcie do społeczeństwa i zaakceptowanie osoby, która opuściła zakład karny (https://www.raggeduniversity.co.uk/2018/07/04/why-rehabilitation-is-important-for-society-by-faith-spear/ (dostęp z dnia 06.08.2021r.).

Anna Fidelus (2018, s131) wskazuje, że readaptacja społeczna jest wypadkową działań podejmowanych przez daną jednostkę w połączeniu z działaniami zachodzącymi z najbliższym otoczeniem. Proces zmiany, a takim jest readaptacja społeczna, łączy się z rozwojem samoświadomości, która pełni istotną rolę w podejmowanych działaniach.

Służba Więzienna podkreśla, że podstawowym zadaniem w procesie readaptacji społecznej osób skazanych jest przygotowanie ich do życia w społeczeństwie, w warunkach wolnościowych poprzez rozwijanie w nich umiejętności związanych z konstruktywnym spędzaniem czasu wolnego oraz wchodzeniem w społecznie akceptowane role (https://www.sw.gov.pl/aktualnosc/zaklad-karny-nr-1-w-lodzi-readaptacja-spoleczna-skazanych-zaklad-karny-nr-1-w-lodzi172, (dostęp z dnia 03.08.2021r.).

Grażyna B. Szczygieł (2002, s. 12) poprzez readaptację społeczną rozumie „proces uczenia się przez skazanych - korzystając z pomocy oferowanej przez administrację zakładu karnego, kuratorów penitencjarnych i inne podmioty świadczące pomoc skazanym w powrocie do społeczeństwa – pełnienia ról społecznych oraz uczenia się umiejętności korzystania ze swoich praw i zaspokajania swoich potrzeb przy respektowaniu praw innych".

Readaptacja społeczna, jako proces może odnosić się nie tylko do pojedynczych osób, ale także do społeczności czy grupy. Najczęściej jednak analizuje się ją w kontekście działań podejmowanych wobec osób wykluczonych społecznie. O skuteczności i pozytywnym zakończeniu procesu readaptacji decyduje współpraca ze środowiskiem, zaangażowanie jednostki w działalność i życie w danym środowisku lokalnym poprzez umożliwienie jej pełnienie określonych ról społecznych (np. roli partnera, pracownika) (K. Biel, 2018, s. 160-161).

Sposób funkcjonowania danej osoby warunkowany jest sposobem życia i funkcjonowania całego społeczeństwa. Te dwa podmioty wzajemnie się przenikają i oddziaływają na siebie. Osoby opuszczające zakłady karne muszą ponownie przystosować się do życia w warunkach wolnościowych, czyli poddać się procesowi socjalizacji. Obok socjalizacji wskazuje się także na adaptację, czyli przystosowanie się, dostosowanie. W przypadku byłych skazanych mówimy o adaptacji społecznej, czyli procesie, w którym dana jednostka przyjmuje sposób funkcjonowania grupy lub społeczności w środowisku odmiennym, w jakim dotychczas funkcjonowała. Człowiek, jako istota społeczna tworzy i zmienia pewne struktury danej społeczności, niemniej jednak proces adaptacji społecznej wiąże się z przestrzeganiem obowiązujących norm i przepisów. Uznaje się, że adaptacja jest dopełnieniem procesu socjalizacji (jest ona nadrzędna względem adaptacji), podczas której jednostka zdobywa nową wiedzę, doświadczenie, a także rozwija umiejętności społeczne. Jest

to pewnego rodzaju odpowiedź na pojawiające się potrzeby. Proces socjalizacji pomaga w rozwijaniu i utrwalaniu umiejętności adaptacyjnych, które pozwalają właściwie reagować na pojawiające się zmiany (A. Fidelus, 2020a, s. 89-100).

Proces adaptacji społecznej wiąże się z rozwojem człowieka i trwa przez całe życie. Wskazuje się na pięć jego etapów. Pierwszy z nich obejmuje obserwację i „rozeznanie się" w nowej sytuacji. Jednostka nie wykazuje żadnej aktywności, pozostaje bierna. W drugim etapie uczy się nowych wzorów i sposobów postępowania, a w trzecim zaczyna wykazywać wobec nich tolerancję, ale nie traktuje ich jako zasad nadrzędnych. W czwartym etapie dochodzi do przystosowania się do nowej sytuacji. Ostatni, piąty etap sprowadza się do asymilacji, przyjęcia wszystkich zasad, norm i wartości społecznych (A. Fidelus, 2020a, s. 100-101).

Dla osób opuszczających placówki izolacyjne szczególnie trudne są pierwsze dni i miesiące, z powodu poczucia niskiej skuteczności, lęku a nierzadko braku perspektyw społecznych. Readaptacja społeczna jako proces powinna mieć początek w momencie osadzenia jednostki w zakładzie karnym, a jej ostatnim etapem powinna być integracja społeczna w warunkach wolnościowych (K. Biel, 2018, s. 160-161).

Podczas pobytu w zakładzie karnym zachodzi szereg zmian w osobowości skazanych, które są efektem izolacji. Mogą one w znacznym stopniu warunkować proces ponownej socjalizacji (ułatwiać ją bądź utrudniać). Do tych czynników zalicza się:

- długość pobytu w zakładzie karnym;
- uzależnienia od środków psychoaktywnych;
- jakość relacji z rodziną i najbliższymi;
- wsparcie emocjonalne;
- pracę;
- poziom wiary w siebie, we własne możliwości i niską samoocenę (A. Kieszkowska, 2009, s. 100).

U osób, które opuściły zakład karny występują trudności adaptacyjne, które dotyczą: codziennego funkcjonowania w życiu codziennym (znalezienie pracy, mieszkania, zapewnienie warunków niezbędnych do życia, w tym odpowiedniej odzieży i pożywienia), kontaktów interpersonalnych (poprawa lub odbudowa kontaktów z rodziną oraz nawiązywanie nowych relacji), a także znajomości i przestrzegania obowiązujących norm i przepisów (jest to szczególnie trudne w przypadku osób w wieku senioralnym oraz tych,

które odbywały długoterminowe kary pozbawienia wolności) (A. Kieszkowska, 2015, s. 273).

Do czynników utrudniających pozytywną readaptację społeczną zalicza się: długość odbytej kary i pobyt w zakładzie karnym, brak pracy, wykształcenia, wsparcia ze strony najbliższych (lub brak rodziny), uzależnienie od substancji psychoaktywnych, brak poczucia odpowiedzialności, podatność na wpływ innych, niska samokontrola (labilność emocjonalna, impulsywność), brak akceptacji i nieumiejętność przestrzegania norm i zasad współżycia w społeczeństwie, stan zdrowia czy konflikt ról (związany z trudnościami przystosowania się do nowej sytuacji (A. Kieszkowska, 2009, s. 100; E. Guardis, 2013 https://www.harvardmagazine.com/2013/03/the-prison-problem (dostęp z dnia 06.08.2021r); A. Kieszkowska, 2015, s. 267; H. Machel, E. Chęcińska, 2017, s. 491-492).

Anna Witkowska – Paleń (2015, 180-187) do czynników utrudniających lub w znacznym stopniu ograniczających pozytywną readaptację społeczną zalicza: osłabione lub zerwane kontakty i relacje z najbliższą rodziną (jest to szczególnie widoczne w przypadku osób odbywających długoterminowe kary pozbawienia wolności, u osób skazanych dochodzi do „zaniku” umiejętności prawidłowego wypełniania ról społecznych np. roli małżonka/partnera, rodzica), uzależnienie od środków psychoaktywnych (osoby uzależnione częściej popadają w konflikty z prawem oraz są bardziej podatne na negatywne działanie innych, niekiedy bardziej zdemoralizowanych osób), brak wykształcenia oraz niewystarczające kwalifikacje zawodowe lub ich brak (pobyt w zakładzie karnym w znacznym stopniu utrudnia podjęcie aktywności zawodowej po jego opuszczeniu, stąd coraz więcej działań podejmowanych i realizowanych przez państwo oraz Służbę Więzienną ukierunkowanych jest na podnoszenie umiejętności i kwalifikacji niezbędnych na rynku pracy[6].

Readaptacja społeczna jest terminem używanym najczęściej w stosunku do osób opuszczających placówki izolacyjne. Odnosi się ona do ich ponownego przystosowania (podczas pobytu w zakładzie karnym jednostka adoptuje się do warunków i zasad obowiązujących w izolacji) do warunków i życia w środowisku wolnym, otwartym. Urszula Sobczyszyn (2009, s. 126-137), dzieli czynniki utrudniające społeczną readaptację na czynniki:

[6] Jednym z takich działań jest Program „Praca dla więźniów” , który realizowany jest na terenie całego kraju od 2016 roku, a jego głównym celem jest „wspieranie szeroko rozumianej readaptacji społecznej osób przebywających w zakładach karnych i aresztach śledczych, a w szczególności ich aktywizacji zawodowej” (https://www.sw.gov.pl/strona/ministerialny-program-pracy-wiezniow, dostęp z dnia 04.08.2021r.)

- zewnętrzne związane ze środowiskiem, takie jak: miejsce zamieszkania, skala bezrobocia, występujące nierówności ekonomiczne, rozwój mass mediów czy brak sieci wsparcia społecznego i odpowiednich instytucji pomocowych,
- wewnętrzne tkwiące w osobowości jednostki, do których zalicza się : typ osobowości, podatność na uzależnienia, występujące zaburzenia psychiczne, brak umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych, niska samoocenę, brak poczucia własnej wartości, brak motywacji do podejmowania działań, labilność emocjonalną, brak krytycyzmu, refleksji czy negatywny stosunek do obowiązujących norm i przepisów prawa,
- związane bezpośrednio z pobytem w izolacji penitencjarnej, do których zalicza się trudności związane z zaspokojeniem podstawowych potrzeb, stygmatyzację, wykluczenie społeczne, długość pobytu w izolacji czy brak planów na przyszłość po opuszczeniu zakładu karnego.

Moment osadzenia w zakładzie karnym powinien być początkiem działań, jakim poddawani się skazani, w celu przygotowania ich do późniejszego życia na wolność. Wieloletni pobyt w zakładzie karnym uniemożliwia w znacznym stopniu możliwość samodzielnego podejmowania decyzji i ponoszenia za nie odpowiedzialności (podczas pobytu w izolacji wykonywali polecenia i przestrzegali określonych zasad postępowania). Osoby opuszczające placówki penitencjarne najczęściej mają trudności ze znalezieniem pracy, mieszkania, nawiązywaniem i podtrzymywaniem kontaktów interpersonalnych w tym z rodziną, a także akceptacją i przestrzeganiem obowiązujących w danym społeczeństwie norm i sposobów postępowania (A. Kozłowska, 2009, s. 143; E. Guardis, 2013 https://www.harvardmagazine.com/2013/03/the-prison-problem (dostęp z dnia 06.08.2021r.).

Osoby opuszczające placówki penitencjarne muszą zmierzyć się z naznaczeniem i stygmatyzacją. Doświadczają wielu trudności i problemów ze strony środowiska lokalnego. Z dużym prawdopodobieństwem można przypuszczać, że przed pobytem w zakładzie karnym również znajdowały się w trudnej sytuacji lub doświadczyły wykluczenia społecznego. Stąd prowadzone działania powinny zmierzać nie tylko do ponownego przystosowania się byłych skazanych, ale także do wzrostu świadomości społecznej w celu efektywnego zakończenia procesu readaptacji społecznej (A. Kieszkowska, 2009, s. 99; K.E. Moore, J.B. Stuewig, J.P. Tangeny, 2016, s. 196; F. Gutierrez, 2021, https://www.mockingbirdsociety.org/mockingbird-times-may-2016/156-the-stigma-of-prison (dostęp z dnia 06.08.2021r.).

Ponowne przystosowanie jednostek do życia w społeczeństwie ma zapobiegać ich (często ponownemu) wykluczeniu społecznemu. Działania podejmowane w celu realizacji i pozytywnego zakończenia procesu readaptacji powinny rozpocząć się w momencie osadzenia jednostki w placówce penitencjarnej. Proces ten odbywa się przy wykorzystaniu różnych metod. Zalicza się do nich: pracę, edukację, terapię, udział w zajęciach korekcyjnych (np. przeciwdziałanie przemocy, agresji), kulturalno-oświatowych, sportowych, ale także kontakty z rodziną. Podkreśla się, że na pozytywne zakończenie procesu readaptacji wpływ ma wiele czynników. Do najważniejszych zalicza się: wewnętrzną motywację i chęć zmiany samych osób skazanych, a także odbudowę i podtrzymywanie kontaktu z rodziną, (R. Deka, 2017, s. 136, 138; Iceland Lichtenstein Norway Grants, Correctional Services https://eeagrants.org/topics-programmes/justice-and-home-affairs/correctional-services (dostęp z dnia 06.08.2021r.; https://www.unodc.org/dohadeclaration/topics/prisoner-rehabilitation.html (dostęp z dnia 06.08.2021r.)).

Obok czynników ryzyka można wymienić czynniki chroniące, które ułatwiają proces readaptacji społecznej. Zwykle dzieli się je na czynniki indywidualne i społeczne. Do pierwszej grupy zalicza się między innymi: budowanie poczucia sprawstwa i własnej skuteczności, silną motywację do działania, podnoszenie poziomu kompetencji społecznych oraz chęć zmiany i świadomość podejmowanych działań prowadzących do niej. Po stronie czynników społecznych można wyróżnić: kontakt z bliskimi i ich zaangażowanie w proces resocjalizacji, podtrzymywanie więzi z dziećmi, możliwość podjęcia pracy, udział w terapii i praktykach religijnych (J. Thomas, B.H. Zaitzow, 2006, s. 242; K. Biel, 2018, s. 163-164).

A. Witkowska-Paleń (2015, 180-187) obok czynników przyspieszających readaptację społeczną więźniów wskazuje na wolontariat i działalność charytatywną jako czynnik, który w znacznym stopniu może zminimalizować negatywne skutki uwięzienia. Prowadzona aktywność dobroczynna pozwala im na integrację społeczną, uczy zachowań prospołecznych (takich jak empatia, współpraca, szacunek do innych czy odpowiedzialność).

Do czynników, które w znacznym stopniu ułatwiają byłym skazanym powrót do życia w warunkach wolnościowych i przyczyniają się do pozytywnego zakończenia procesu readaptacji społecznej zalicza się: możliwość wykonywania pracy podczas odbywania kary pozbawienia wolności, zdobywanie i podnoszenie kwalifikacji zawodowych poprzez udział w kursach i szkoleniach, ukończenie terapii w przypadku osób uzależnionych, aktywny udział w programach profilaktyczno-wychowawczych czy edukacyjnych, podnoszenie wiedzy lub ukończenie szkoły, korzystanie z przysługującego prawa do widzeń i przepustek oraz podtrzymywanie kontaktów z rodziną i najbliższymi (A. Kozłowska, 2009, s. 144; Iceland

Lichtenstein Norway Grants, Correctional Services https://eeagrants.org/topics-programmes/justice-and-home-affairs/correctional-services (dostęp z dnia 06.08.2021r.); D. Atkinson, C. Georgiou, V. Wadey, K. Lau, 2015, s. 11).

W procesie resocjalizacji i readaptacji społecznej dużą rolę przypisuje się pracy i możliwości jej wykonywania, zarówno podczas pobytu w izolacji penitencjarnej, jak i po jej opuszczeniu. Obecnie praca traktowana jest jako jeden ze środków wychowawczych, terapeutycznych i profilaktycznych. Praca kształtuje i stymuluje rozwój, uczy poczucia odpowiedzialności i obowiązku (T. S kardhamar, K. Telle, 2009, s.3; D. Pstrąg, 2014, s.151; K. Pierzchała, 2018, s. 147).

Stosunek społeczeństwa i postawy wobec osób, które odbywały karę pozbawienia wolności przekładają się na efektywność i skuteczność procesu readaptacji społecznej. A. Fidelus (2011, s. 88, 93-94) dodatkowo podkreśla znaczenie kapitału społecznego w tym procesie. Wskazuje, że na jego efektywność przekłada się: liczba kontaktów społecznych (z rodziną, z sąsiadami), aktywny udział osadzonych w życiu danej społeczności lokalnej (w momencie odbywania kary pozbawienia wolności np. poprzez możliwość wykonywania drobnych prac o charakterze usługowym), pozytywne, oparte na zaufaniu i szacunku relacje międzyludzkie, członkostwo w lokalnych organizacjach i stowarzyszeniach, a także funkcjonowanie innych instytucji, które regulowałyby kwestie dotyczące udziału osób osadzonych w żuciu społeczności lokalnej.

Proces readaptacji społecznej jest procesem złożonym, który wymusza interdyscyplinarność i współpracę różnych instytucji i społeczeństwa. Aby przebiegał on sprawnie i skutecznie konieczne jest określenie założeń, celów i funkcji, jakie powinny spełniać dane podmioty na poszczególnych etapach. Ważne są także relacje i sposób przekazywania wiedzy pomiędzy poszczególnymi podmiotami (Raport Najwyższej Izby Kontroli, 2014, s. 21).

Przełamywanie pojawiających się barier i minimalizowanie czynników ryzyka (indywidualnych i społecznych) wymaga zaangażowania, wiedzy i świadomości samych skazanych jak i ogółu społeczeństwa. Przyjęte i reprezentowane postawy społeczne warunkują zachowanie człowieka w różnych rolach społecznych, sytuacjach i sposobie zachowania się (A. Fidelus, 2009, s. 40-41).

Działania podejmowane na rzecz osób osadzonych mają za zadanie przygotować ich do samodzielnego i odpowiedzialnego życia w społeczeństwie, ale muszą odbywać się za ich zgodą. Służba Więzienna realizuje szereg działań i programów w celu przygotowania ich do życia w warunkach wolnościowych. Podejmowane aktywności powinny być dostosowane do

potrzeb i oczekiwań samych skazanych (A. Witkowska-Paleń, 2015, s. 179). Działania prowadzone na rzecz byłych skazanych nie powinny koncentrować się tylko na problemach, trudnościach, z jakimi mogą oni się spotkać po opuszczeniu placówki penitencjarnej, ale w dużej mierze na ich możliwościach, zasobach i mocnych stronach, które będą miały istotne znaczenie w przełamywaniu występujących trudności (R. Opora, 2012, s. 61).

Prowadzone działania zmierzają do wspierania osób skazanych w procesie społecznej readaptacji. Niemniej jednak są one skuteczne i efektywne, jeśli osoba jest nimi zainteresowana i w sposób dobrowolny poddaje się im (G. Szczygieł, 2002, s. 40-41). Zwiększeniu ich efektywności służą nowatorskie i niecodzienne rozwiązania (A. Dąbrowska, 2017, s. 519). Warto w tym zakresie wzmacniać świadomość społeczną, ponieważ nie tylko od skazanego, ale również od społeczeństwa zależy wynik procesu readaptacji społecznej. Świadomość opuszczenia zakładu karnego i rozpoczęcia życia na wolności może budzić: lęk, niepewność, frustrację, czy agresję. Dlatego tak ważne jest podejmowanie odpowiednich działań, które w sposób konstruktywny będą aktywizować skazanych i motywować ich do zmiany swojego dotychczasowego postępowania i życia zgodnego z powszechnie obowiązującymi normami i przepisami (D. Pstrąg, 2009, s. 123).

Wszystkie działania podejmowane w zakładach karnych na rzecz osób osadzonych mają umożliwić i ułatwić im ponowne życie i funkcjonowanie w warunkach wolnościowych poprzez: naukę, wzmacnianie i rozwijanie umiejętności, postaw i kompetencji z różnych obszarów życia codziennego. Powrót do społeczeństwa jest możliwy dzięki działaniom podjętym przez samą jednostkę, ale również przez rodzinę i najbliższe otoczenie społeczne (M. Azevedo, 2004, https://assembly.coe.int/nw/xml/XRef/X2H-Xref ViewHTML.asp?FileID=10416&lang=EN (dostęp z dnia 06.08.2021r.); E. Pindel, 2009, s. 155-157).

Małgorzata Kuć (2009, s. 234) podkreśla, że jednym w ważniejszych warunków pozytywnego zakończenia procesu readaptacji społecznej jest utrzymywanie kontaktu z osobami pozostającymi na wolności, szczególnie z rodziną, ale także z pracodawcami czy pracownikami socjalnymi i kuratorami sądowymi.

Pomyślne zakończenie procesu readaptacji zależy jednak przede wszystkim od motywacji i chęci zmiany dotychczasowego postępowania samego osadzonego, ale także postaw i przekonań społecznych środowiska lokalnego, do którego wraca i możliwości uzyskania od niego pomocy i wsparcia (E. Pindel, 2009, s. 150).

Pomyślność procesu readaptacji zależy także od: potencjału osobowego osoby opuszczającej jednostkę penitencjarną, która jest zagrożona wykluczeniem społecznym,

poczucia własnej skuteczności, poczucia przynależności do danej społeczności, stosowanych mechanizmów obronnych (szczególnie w sytuacjach trudnych), sposobów rozwiązywania konfliktów, posiadanego wykształcenia, pracy, otrzymywanego wsparcia ze strony najbliższych, statusu społecznego oraz pomocy otrzymanej od osób i instytucji, które zajmują się tym w sposób profesjonalny (S. J. Listwan, M. Colvin, D. Hanley, D. Flannery, 2010, s. 1144; S. Lipiński, 2020, s. 40).

Readaptacja społeczna jest procesem ważnym dla osoby opuszczającej zakład karny, jak również dla całego społeczeństwa. Strach i negatywne nastawienie członków społeczności lokalnej jest czynnikiem utrudniającym „powrót" do życia na wolności. Mechanizmy obronne wypracowane w warunkach izolacji, brak umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych również nie pomagają w odnalezieniu się w nowym środowisku. Dlatego tak ważne jest odpowiednie przygotowanie osób skazanych do opuszczenia zakładu karnego.

2.1. Osoby skazane w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego

Osadzenie jednostki w zakładzie karnym lub areszcie śledczym jest momentem, w którym Służba Więzienna rozpoczyna przygotowanie skazanego do opuszczenia zakładu i życia na wolności poprzez: odpowiednią diagnozę, dobór programów resocjalizacyjnych, readaptacyjnych, terapeutycznych oraz działania związane z aktywizacją zawodową. W momencie opuszczenia zakładu karnego przez osobę skazaną wszelkie działania pomocowe podejmują odpowiednie podmioty takie jak: kuratela sądowa, pracownicy socjalni (Ośrodki Pomocy Społecznej) czy pracownicy urzędu pracy[7]. Kwestie dotyczące pracy z osobami pozbawionymi wolności i sposób postępowania z nimi regulują tzw. Reguły Nelsona Mandeli[8] oraz Europejskie reguły więzienne z 2006 roku[9].

---

[7] https://sw.gov.pl/aktualnosc/Przygotowanie-wieznia-do-zycia-na-wolnosci (dostęp z dnia: 11.11.2020).

[8] https://www.rpo.gov.pl/pl/content/reguly-nelsona-mandeli (dostęp z dnia: 12.11.2020) 7 października 2015 r. Zgromadzenie Ogólne ONZ przyjęło rezolucję Standardy ONZ Minimum Traktowania Więźniów tzw. Reguły Nelsona Mandeli. Przyjęty dokument jest zaktualizowaną wersją Wzorcowych Reguł ONZ Traktowania Więźniów z 1955 r. Jego zasadniczym celem jest poprawienie sytuacji więźniów na świecie.
Dokument nie ma charakteru wiążącego dla Polski, ale powinien być brany pod uwagę przy stanowieniu prawa krajowego, a także w praktyce postępowania z więźniami. Polska powinna dążyć do upowszechnienia treści tego dokumentu w jednostkach penitencjarnych na terenie kraju.

[9] Są to rekomendacje nie mające mocy prawnej. Niemniej jednak kraje, które podpisały się pod nimi zobowiązały się do ich przestrzegania i przygotowywania cyklicznych sprawozdań dla Rady Europy co do stanu zgodności treści Europejskich reguł więziennych i własnych przepisów regulujących kwestię karania (J. Nikołajew, 2013, s. 111) *Reguły minimalne i Europejskie reguły więzienne a prawo więźniów do wolności sumienia i religii w Polsce*, „Studia z prawa wyznaniowego", 16,2013, s. 111-135)

Skazanego, opuszczającego zakład karny należy przygotować do „ponownego” funkcjonowania w społeczeństwie. W myśl art. 164 k.k.w. „okres do 6 miesięcy przed przewidywanym warunkowym zwolnieniem lub przed wykonaniem kary stanowi w miarę potrzeby czas niezbędny na przygotowanie skazanego do życia po zwolnieniu, zwłaszcza dla nawiązania kontaktu z kuratorem sądowym. Okres ten ustala, za zgodą skazanego, komisja penitencjarna. Okres przygotowania skazanego do życia po zwolnieniu, może również wyznaczyć sąd penitencjarny w postanowieniu o udzieleniu lub odmowie warunkowego zwolnienia, jeżeli uzna to za niezbędne” (art. 164 § 2 k.k.w.). „W okresie przygotowania skazanego do życia po zwolnieniu, skazany powinien w miarę możliwości odbywać karę w zakładzie karnym położonym najbliżej przyszłego miejsca zamieszkania” (art. 165 § 1 k.k.w.) (W. Liszke, 2009, s.115).

Odpowiednie przygotowanie do opuszczenia zakładu karmnego może przekładać się na efektywność wykonywania kary pozbawienia wolności (G.B. Szczygieł, 2017, s. 156). Zgodnie z art. 38 k.k.w. § 1. „W wykonywaniu kar, środków karnych, kompensacyjnych, zabezpieczających i zapobiegawczych, w szczególności związanych z pozbawieniem wolności oraz przepadku mogą współdziałać stowarzyszenia, fundacje, organizacje oraz instytucje, których celem działania jest realizacja zadań określonych w niniejszym rozdziale, jak również kościoły i inne związki wyznaniowe oraz osoby godne zaufania”. § 1a. „W zakresie zapobiegania przestępczości i readaptacji społecznej podmioty, o których mowa w § 1, podejmują działania w celu zwiększenia efektywności działania organów państwowych oraz wzmacniania praworządnego działania tych organów”. § 2. „Podmioty, o których mowa w § 1, mogą w porozumieniu z dyrektorem zakładu karnego lub aresztu śledczego uczestniczyć w prowadzeniu działalności resocjalizacyjnej, społecznej, kulturalnej, oświatowej, sportowej i religijnej w tych zakładach lub aresztach”.

Wyznaczenie okresu poprzedzającego opuszczenie zakładu karnego przez osobę skazaną (art. 164 k.k.w.) nie jest obowiązkowe. Artykuł ten stosuje się w zależności od potrzeb i sytuacji skazanego. Okres ten zostaje wyznaczony przez sąd penitencjarny lub komisję penitencjarną[10]. Przy wyznaczeniu okresu przygotowawczego przez komisję penitencjarną konieczne jest uzyskanie zgody skazanego. Odnosi się ona do gotowości współpracy z podmiotami udzielającymi pomocy i wsparcia. W przypadku wyznaczenia tego okresu przez sąd penitencjarny nie wymaga się zgody od skazanego. Sąd penitencjarny wyznacza ten okres w momencie wydania orzeczenia dotyczącego zgody lub odmowy

[10] Obecnie obowiązujące przepisy nie określają, czy sam skazany może zgłosić taki wniosek. .Niemniej jednak osadzony ma prawo do składania wniosków, skarg i próśb – art. 6 k.k.w.

warunkowego zwolnienia – art. 164 §2 k.k.w. (A. Iwanowska, 2013, s. 27). Warunki przygotowania skazanegoo do opuszczenia zakładu karnego zostały określone w kodeksie karnym wykonawczym, niemniej jednak działania podejmowane wobec niego są uzależnione od stopnia jego samodzielności i zaradności. Pod koniec odbywania kary pozbawienia wolności skazany ma obowiązek nawiązania i utrzymania kontaktu z kuratorem sądowym lub innymi podmiotami, które pomogą mu w procesie społecznej readaptacji (E. Rekosz, 2010, s. 6-7).

Udział osób skazanych w programach readaptacyjnych, których głównym celem jest przygotowanie do życia w warunkach wolnościowych umożliwia im uzyskanie dodatkowych praw (np. zdobycie przepustki) oraz pełnienie obowiązków (np. podejmowanie działań zwiększających szansę na uzyskanie zatrudnienia po opuszczeniu zakładu karnego). W okresie przygotowania do zwolnienia skazani zobowiązani są do utrzymywania kontraktów z kuratorem sądowym lub z innymi organizacjami (fundacje, stowarzyszenia), których działalność związana jest z readaptacją społeczną (art. 38 k.k.w.). Dodatkowo, art. 165 k.k.w. określono zasady dotyczące przygotowania skazanego do życia po opuszczeniu zakładu karnego. Zgodnie z tym artykułem skazany przygotowujący się do opuszczenia jednostki penitencjarnej powinien odbywać karę pozbawienia wolności możliwie blisko swojego miejsca zamieszkania oraz powinien mieć możliwość uzyskania 14-dniowej przepustki, w celu podjęcia działań związanych z zamieszkaniem i zdobyciem zatrudnienia. Realizacja wskazanych działań powinna przebiegać przy współpracy z kuratorem sądowym i instytucjami pomocowymi zgodnie z art. 38 k.k.w.

Ustawodawca w art. 166 k.k.w określił zadania, jakie należy podjąć względem skazanego w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego. Odnoszą się one nie tylko do pomocy w znalezieniu mieszkania i pracy, ale również do uzyskania pomocy: medycznej, prawnej, uzyskania wsparcia finansowego a także stosownej odzieży i obuwia. Służba Więzienna jest również zobowiązana do kontaktu z rodziną skazanego (E. Rekosz, 2010, s. 6-8).

Uzyskanie pozytywnych rezultatów działań podejmowanych przez funkcjonariuszy Służby Więziennej (wychowawców, psychologów, innych funkcjonariuszy pozostających w bezpośrednim kontakcie z osobami pozbawionymi wolności), zależy w dużym stopniu od postawy i motywacji do zmiany samego skazanego oraz społeczeństwa. Wsparcie instytucjonalne udzielane skazanym i byłym skazanym ma minimalizować ich wykluczenie społeczne, stygmatyzację i pomagać w ponownym przystosowaniu się do nowych warunków życia. Przygotowanie skazanego do życia na wolności nie może ograniczać się do

minimalizowania zaburzeń i deficytów. Powinno ono obejmować rozwijanie, doskonalenie i naukę nowych umiejętności, które są niezbędne do prawidłowego funkcjonowania w społeczeństwie i do właściwego wypełniania ról społecznych (Źródło: https://sw.gov.pl/aktualnosc/Przygotowanie-wieznia-do-zycia-na-wolnosci (dostęp z dnia: 11.11.2020).

Europejskie Reguły Więzienne, do przestrzegania których zobowiązana jest również Polska, określają warunki postępowania z osobami pozbawionymi wolności. Zawierają one 95 postanowień podzielonych na dziewięć części. Część II i punkty od 33.1 do 33.8 odnoszą się do zwolnienia więźniów. Zgodnie z zawartymi postanowieniami jednostki penitencjarne zobowiązane są do prowadzenia oddziaływań, których celem jest przygotowanie skazanych do życia w warunkach wolnościowych. Działania te odnoszą się do pomocy w szukaniu pracy, mieszkania, wyrobieniu niezbędnych dokumentów, a także wyposażenie skazanych w niezbędne do życia środki materialne i pieniężne (Europejskie Reguły Więzienne, 2006, s.10).

Europejskie Reguły Więzienne wskazują również, że wykonywanie kary pozbawiania wolność oraz działania podejmowane wobec skazanych w okresie izolacji penitencjarnej mają przygotować jednostkę do życia w społeczeństwie zgodnie z obowiązującymi normami społecznymi i prawnymi. Osoba opuszczająca zakład karny ma prawo do uzyskania wsparcia w zakresie przepisów prawnych, programów i instytucji pomocowych. W odniesieniu do skazanych odbywających długoterminowe kary pozbawiania wolności podejmowane są dodatkowe środki, których celem jest właściwe przygotowanie do opuszczenia zakładu karnego. W okresie przygotowania niezwykle ważna jest współpraca ze służbami i instytucjami, które poprzez swoje działania pomagają skazanym. Podejmowane działania odnoszą się do pomocy w znalezieniu pracy, mieszkania, a także poprawy lub odnowienia relacji z rodziną i najbliższymi. Służba Więzienna z jednej strony ma pewien obowiązek udostępniania osobom skazanym informacji i możliwości kontaktu z instytucjami pomocowymi, a z drugiej powinna dać możliwość współpracy przedstawicielom instytucji ze skazanymi (G.B. Szczygieł, 2017, s. 156).

Wszelkie działania podejmowane przez wychowawców, psychologów i funkcjonariuszy Służby Więziennej mają przygotować osadzonego do życia w społeczeństwie zgodnie z powszechnie obowiązującymi normami i przepisami (E. Rekosz, 2010, s. 10).

Ustanowienie okresu poprzedzającego opuszczenie zakładu karnego i przygotowanie do życia w warunkach wolnościowych jest niezwykle ważne i bezpośrednio związane

z celami odbywania kary pozbawienia wolności. Pomoc, jaką oferują jednostki penitencjarne i instytucje współpracujące umożliwia skazanym ich readaptację społeczną. Ma zminimalizować lub wykluczyć możliwość wystąpienia takich negatywnych zjawisk jak: bezdomność, bezrobocie, ubóstwo, zadłużenia finansowe czy uzależnienie od substancji psychoaktywnych (G. B. Szczygieł, 2017, s. 164). Działania resocjalizacyjne prowadzone w zakładach karnych nie będą wskazywać na ich skuteczność i efektywność w momencie braku przygotowania skazanego do opuszczenia jednostki penitencjarnej oraz zapewnienia pomocy i wsparcia (B. Myrna, 2018, s. 69-70).

Przygotowanie skazanego do opuszczenia zakładu karnego nie powinno ograniczać się jedynie do zaspokojenia potrzeb fizycznych (pomoc w znalezieniu pracy, mieszkania, pomoc finansowa). Podejmowane działania powinny motywować samych skazanych do zmiany, do podejmowania wyzwań oraz właściwego rozpoznawania i zaspokajania swoich podstawowych potrzeb, dlatego tak ważna w tym zakresie jest pomoc postpenitencjarna.

2.3. Pomoc postpenitencjarna w prawie krajowym i międzynarodowym

Osoby opuszczające zakłady karne nierzadko doświadczają stygmatyzacji i marginalizacji. Zostają wykluczone z obszarów życia społecznego (A. Fidelus, 2009, s. 21). Aby procesy te nie utrwalały się, konieczne jest podjęcie odpowiednich działań w zakresie pomocy postpenitencjarnej.

Pomoc postpenitencjarna to wsparcie, jakie otrzymuje osoba opuszczająca zakład karny od państwa i społeczeństwa. Ma ona charakter materialny i psychiczny. Głównym jej celem jest utrwalenie pozytywnych zmian, jakie zaszły w jednostce w czasie procesu jej resocjalizacji. „Świadczenia związane z pomocą postpenitencjarną udzielane są przez okres potrzebny do zrealizowania celów tej pomocy i do czasu uzyskania wsparcia instytucjonalnego, jednak nie może to być czas dłuższy niż 3 miesiące od chwili zwolnienia. W uzasadnionych przypadkach (np. w razie choroby) istnieje możliwość wydłużenia tego okresu do 6 miesięcy" (K. Kucyper, 2013, s. 57). Pomoc postpenitencjarna może przybierać dwie formy:

1) formalną – jest związana z powszechnie i aktualnie obowiązującymi przepisami prawa;
2) nieformalną – poradnictwo, pomoc i informacja w zakresie podejmowanych działań (H. Karaszewska, J. Rajewska De Mezer , 2013, s. 217).

Sam termin „pomoc postpenitencjarna" wskazuje, że są to działania, jakie zakład karny podejmuje wobec skazanych w momencie opuszczenia jednostki penitencjarnej, ale w rzeczywistości pojęcie to określa szereg działań podejmowanych i realizowanych w czasie całego pobytu w zakładzie karnym (M. Lubińska-Bogacka, 2017, s. 80).

Pomoc postpenitencjarna jest jednym z elementów zapobiegających powrotowi do przestępczości, w związku z czym wszelkie podejmowane działania mogą być ze sobą powiązane, by otrzymać zamierzone rezultaty (K. Fitowska, B. Nyk-Bednarczyk, 2005, s. 5). Pomoc postpenitencjarna to jednak nie tylko zapobieganie recydywie, ale także wzmacnianie i utrwalanie zmian będących wynikiem resocjalizacji i prowadzonych oddziaływań penitencjarnych. Osoby, które opuszczają zakłady karne bardzo często pozostają bez wsparcia i pomocy najbliższych, mają problemy ze znalezieniem pracy czy mieszkania. Pobyt w jednostce penitencjarnej jest dla nich stygmatyzujący, dlatego wyposażenie ich w określone umiejętności i środki jest warunkiem niezbędnym do ich ponownego włączenia się w życie społeczne – w warunkach wolnościowych (K. Williams, J. Poyser, K. Hopkins, 2012, s. 2, M. Lubińska-Bogacka, 2017, s. 79-80).

Przygotowanie skazanego do opuszczenia zakładu karnego i życia w społeczeństwie jest procesem, który ma charakter ciągły i powinien rozpocząć się w momencie osadzenia go zakładzie karnym. Tak rozumianą pomoc postpenitencjarną można podzielić na trzy etapy. Etap pierwszy odnosi się do pewnego rodzaju wstrząsu, szoku, jakiego doznaje osoba w momencie osadzenia w zakładzie karnym. Na tym etapie widoczny jest zanik więzi społecznych i pojawiające się zaburzenia związane z brakiem równowagi psychicznej. Podejmowane działania o charakterze wsparcia emocjonalnego i psychicznego powinny być skierowane do osadzonego jak i osób najbliższych pozostających w warunkach wolnościowych. Bardzo ważne na tym etapie jest umacnianie i utrzymywanie więzi rodzinnych oraz społecznych, które są jednym z warunków powrotu do życia w społeczeństwie zgodnie z obowiązującymi w nim normami. Drugi etap odnosi się do życia i funkcjonowania w warunkach izolacji więziennej. W tym czasie osadzeni nie wykazują motywacji i zaangażowania do pracy nad sobą, co może przyczyniać się do pogłębienia zjawiska prizonizacji. Na tym etapie dochodzi także do rozluźnienia lub zerwania więzi z najbliższymi, co jednocześnie minimalizuje lub ogranicza zasoby: osobiste (np. nieumiejętność radzenia sobie ze stresem) i materialne (np. brak mieszkania) skazanych. Na tym etapie powinny być prowadzone działania i realizowane programy pozwalające zdobywać i wzmacniać umiejętności społeczne niezbędne do życia na wolności (np. szukanie pracy, załatwianie spraw urzędowych). Ostatni, trzeci etap odnosi się do momentu

poprzedzającego opuszczenie zakładu karnego. Działania podejmowane w tym okresie są jednymi z najtrudniejszych, ponieważ skazani często nie mają możliwości powrotu do swoich bliskich, pozostają bez mieszkania, pracy, środków do życia i wsparcia najbliższych (I. Niewiadomska, 2007, s.224).

Pomocy postpenitencjarnej udzielają organizacje i podmioty, które zajmują się także resocjalizacją. „Są wśród nich organizacje, które nie należą do typowych instytucji zajmujących się włącznie pomocą postpenitencjarną, ale z racji pełnienia wielorakich zadań podejmują charytatywne działania wspomagające system pomocy (np. stowarzyszenia, fundacje, kościoły i związki wyznaniowe). Zjawiskiem częstym jest też, że osoby prywatne udzielają pomocy postpenitencjarnej zwalnianym i ich rodzinom” (Ł. Kozera, 2009, s. 217).

Formę i zakres pomocy postpenitencjarnej na gruncie prawa polskiego reguluje Rozporządzenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 13 września 2017 roku w sprawie Funduszu Pomocy Osobom Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej, kodeks karny wykonawczy z 6 czerwca 1997 roku oraz ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej. Rada Główna do Spraw Społecznej Readaptacji i Pomocy Skazanym[11] oraz rady terenowe[12] są koordynatorami działań realizowanych w ramach pomocy postpenitencjarnej. Główne zadania tych podmiotów odnoszą się do:

- organizowania, koordynowania i pomocy w realizacji działań skierowanych do osób skazanych. Są to działania mające na celu udzielenie pomocy byłym więźniom w ich społecznej readaptacji oraz przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu;
- wydawania opinii w zakresie działalności organów administracji rządowej i osób reprezentujących społeczeństwo lokalne (osoby godne zaufania), które podejmują

[11] „Rada Główna do Spraw Społecznej Readaptacji i Pomocy Skazanym jest organem opiniodawczo-doradczym działającym przy Ministrze Sprawiedliwości, powołanym przez Prezesa Rady Ministrów w celu koordynowania współdziałania organów państwowych i przedstawicieli społeczeństwa w zapobieganiu przestępczości i wykonywaniu orzeczeń oraz w celu świadczenia pomocy w readaptacji społecznej, a także wykonywania kontroli społecznej i dokonywania oceny polityki penitencjarnej (art. 40 §1 Kodeksu karnego wykonawczego). Zgodnie z treścią przepisów Kodeksu, działalność ta obejmuje nie tylko samych skazanych, ale również ich rodziny, które wymagają pomocy, zwłaszcza materialnej, medycznej, zapewnienia miejsca zamieszkania, poszukiwania pracy i porady prawnej”. https://www.gov.pl/web/sprawiedliwosc/rada-glowna-ds-spolecznej-readaptacji-i-pomocy-skazanym (dostęp z dnia 07.01.2021r).

[12] „Zgodnie z treścią przepisu art. 40 §3 k.k.w., stosownie do potrzeb, wojewoda może powołać terenowe rady do spraw społecznej readaptacji i pomocy skazanym. Do składu rady terenowej zaprasza się również przedstawicieli organów odpowiedniego szczebla, o których mowa w § 2, a także organów samorządu terytorialnego. Do uczestniczenia w pracach rady terenowej można zaprosić również przedstawicieli innych podmiotów, o których mowa w § 2. Rady terenowe wykonują zadania tożsame z zadaniami rady głównej zgodnie ze swoją właściwością miejscową”. https://www.gov.pl/web/sprawiedliwosc/rada-glowna-ds-spolecznej-readaptacji-i-pomocy-skazanym (dostęp z dnia 07.01.2021r).

działalność mającą na celu minimalizowanie przestępczości oraz zajmują się działaniami na rzecz wsparcia rodzin osób skazanych;

- nadzorowania działań podejmowanych przez fundacje, stowarzyszenia i inne instytucje (również kościelne), które wykonują zadania związane w wykonywaniem kary pozbawienai wolności oraz w zakresie gospodarowania środkami w ramach funduszu pomocy postpenitencjarnej (J. Skura, 2009, s. 270).

W myśl prawa wykonawczego pomoc postpenitencjarną określa się jako szereg działań mających pomóc skazanemu w jego readaptacji społecznej poprzez pracę z jednostką oraz jego najbliższym otoczeniem i rodziną. Działania te odnoszą się do pomocy medycznej, materialnej, związanej z poszukiwaniem pracy i mieszkania, a także porad prawnych. Obecne regulacje prawne wskazują na trzy okresy, w których realizowana jest pomoc postpenitencjarna. Pierwszy okres rozpoczyna się w chwili przyjęcia skazanego do zakładu karnego i kończy w momencie jego opuszczenia. Dotyczy on wszystkich oddziaływań podejmowanych w stosunku do osoby skazanej (np. przekazywania wiedzy, informacji, pracy nad jego postawami, modyfikacji zachowań, udziału w programach resocjalizacyjnych i readaptacyjnych). Drugi okres obejmuje końcowy etap odbywania kary pozbawienia wolności (zgodnie z art. 164 k.k.w. jest to okres 6 miesięcy przed opuszczeniem zakładu karnego). W czasie tym prowadzone są działania związane z przygotowaniem skazanego do opuszczenia jednostki penitencjarnej i życia w warunkach wolnościowych. Na tym etapie bardzo ważne jest nawiązanie współpracy z osobami i instytucjami zajmującymi się pomocą dla byłych skazanych. W okresie trzecim podejmuje są wszelkie działania podejmowane i realizowane w chwili bezpośredniego opuszczenia zakładu karnego (np. współpraca z kuratorem sądowym) (M. Lubińska-Bogacka, 2017, s.81-82).

Zgodnie z §39 Rozporządzenia Ministra Sprawiedliwości z dnia 13 września 2017 roku w sprawie Funduszu Pomocy Osobom Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej, występując o pomoc postpenitencjarną skazany może ubiegać się o pomoc finansową i rzeczową w tym związaną z pokryciem kosztów finansowych, w tym: zamieszkania, czasową dopłatą do kosztów utrzymania (np. czynsz, koszt energii elektrycznej); rzeczowych takich jak zakup produktów żywnościowych, odzieży, obuwia, leków, środków czystości, elementów wyposażenia domu/ mieszkania, a także materiałów koniecznych do podnoszenia swoich kwalifikacji oraz udziału w kursach i szkoleniach. Rozporządzenie określa także, że osoby osadzone mogą uzyskać pomoc prawną (porady prawne, doradztwo zawodowe) oraz niematerialną (udział w kursach i szkoleniach zawodowych, kursach podnoszących poziom kompetencji społecznych – szczególnie ukierunkowanych na walkę z uzależnieniami oraz

czynnikami zwiększającymi ryzyko wystąpienia przemocy domowej) (Dz. U. z 2017 r. poz. 665, 666, 768 i 1452).

Osoby opuszczające zakłady karne bardzo często po opuszczeniu placówki penitencjarnej pozostają bez pomocy i wsparcia osób najbliższych. Równie często brakuje im umiejętności niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania w środowisku społecznym. W odpowiedzi na trudną sytuację osób osadzonych i stosunkowo wysoki wskaźnik powrotności do zakładów karnych[13] Dysponent Funduszu Sprawiedliwości przyjął *Program Pomocy Postpenitencjarnej udzielanej przez organizacje pozarządowe z Funduszu Sprawiedliwości na lata 2020-2022*. Głównym celem programu jest pomoc osobom, które przebywają w zakładach karnych, przygotowują się do ich opuszczenia oraz udzielenie pomocy osobom najbliższym im. Ogólnopolski Program został utworzony w oparciu o informacje zgłaszane przez kuratorów sądowych oraz organizacje poza rządowe takie jak: fundacje, stowarzyszenia (do których program jest skierowany) świadczące pomoc osobom osadzonym. Program ma przyczynić się do zmniejszenia wskaźnika zjawiska recydywy oraz problemu bezdomności wśród byłych skazanych (Program Pomocy Postpenitencjarnej udzielanej przez organizacje pozarządowe z Funduszu Sprawiedliwości na lata 2020-2022, s. 3-4).

Zakres i formy pomocy dla osób osadzonych regulują wewnętrzne przepisy danego kraju oraz prowadzona i realizowana polityka karna. W państwach Europy zachodniej działania związane z pomocą postpenitencjarną odnoszą się głównie do zadań, jakie ma do wypełnienia jednostka penitencjarna w zakresie przygotowania skazanego do opuszczenia zakładu karnego oraz do życia na wolności. Zadania te dotyczą głównie pomocy w znalezieniu zatrudnienia oraz mieszkania. Pomoc postpenitencjarna świadczona jest w ramach pracy socjalnej. Obejmuje ona trzy obszary: pomoc wobec osób wykluczonych społecznie i znajdujących się w trudnej sytuacji; prowadzenie działań o charakterze profilaktyczno-wychowawczym wobec osób zagrożonych niedostosowaniem społecznym oraz osób, które weszły już w konflikt z prawem, a także pomoc osobom starszym i chorym. W przypadku osób, które popełniły przestępstwo świadczona pomoc ma charakter systemowy, tzn. opiera się na pracy z przypadkiem, grupą i społecznością lokalną. Osoby i instytucje zajmujące się świadczeniem tego typu pomocy działają w strukturach zakładów karnych, sądach, kurateli oraz instytucjach poprawczych (I. Niewiadomska, 2007, s.124).

[13] Z danych statystycznych Centralnego Zarządu Służby Więziennej wynika, że w 2019 roku do zakładu karnego ponownie trafiło 37 307 osób. Roczna informacja statystyczna, za rok 2019, tabela 40, s. 23, file:///C:/Users/agnie/Downloads/rok%202019%20(4).pdf (Dostęp z dnia 9.02.2021r)

Dla porównania przedstawione zostaną rozwiązania w zakresie pomocy postpenitencjarnej na przykładzie Danii, Niemiec, Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej.

Dania

Kraje skandynawskie w tym Dania, uważane są za modelowe, wzorowe w zakresie prowadzenia działań penitencjarnych. Duński system penitencjarny koncentruje się na działaniach zmniejszających czynniki, które negatywnie oddziaływają na jednostkę podczas izolacji penitencjarnej. Ponadto skupia się on na przejęciu przez osobę osadzoną kontroli nad podejmowanymi działaniami (B.M. Nowak, 2015, s. 60). Sposób i formy udzielania pomocy postpenitencjarnej określa państwo. Dodatkowo podejmowane działania mają przyczynić się do ograniczenia przestępczości i spadku wskaźnika recydywy (K. Verland, 2015, s. 6, Danish Prison and Probation Service – in brief, s.2). Pomoc ta ma głownie charakter rzeczowy i mieszkaniowy. Osoby opuszczające zakłady karne oraz byli skazani mogą także otrzymywać wsparcie psychologa oraz pomoc kuratora. W ramach pomocy mieszkaniowej otrzymują oni tymczasowe miejsce w hostelu lub w mieszkaniu socjalnym. Za podejmowanie działań mających na celu minimalizację negatywnych skutków związanych z pobytem w zakładzie karnym, udzielanie wsparcia, udział w terapii oraz szkoleniach zawodowych odpowiedzialne są *Non-Governmental Organization* (NGO- tzw. Organizacje Pożytku Publicznego) (B.M. Nowak, 2015, s. 60-62). Podkreśla się także znaczenie działań podejmowanych na rzecz osób skazanych i ich najbliższych oraz znaczenie współpracy pomiędzy organizacjami, które udzielają wsparcia osobom skazanym (W. Rentzman, 2013, s.12).

Niemcy

W Niemczech świadczeniem pomocy postpenitencjarnej zajmują się głównie instytucje pozarządowe, które działają w porozumieniu z organami administracji państwowej (sądy, urzędy). Organizacje te współpracują z osobami osadzonymi w momencie odbywania kary pozbawienia wolności. Pomagają przygotować skazanych do życia po opuszczeniu zakładu karnego. Pomagają w znalezieniu pracy, mieszkania (niektóre z nich prowadzą domy opieki), uczą podstawowych umiejętności społecznych, konstruktywnego spędzania czasu wolnego, oferują wsparcie psychologa, umożliwiają udział w terapii uzależnień, a także prowadzą mediacje (M. Kubala, 2016, s. 48-49). Działalność postpenitencjarna prowadzona przez niemieckie organizacje pozarządowe skupia się nie tylko na samej osobie pozbawionej

wolności, ale również na jego rodzinie, w celu utrzymania lub poprawy relacji rodzinnych, co z kolei przekłada się na jej pozytywną readaptację społeczną. Wskazuje się, że działania opiekuńcze prowadzone przez organizacje pozarządowe są bardziej efektywne m.in. ze względu na stosunkowo niski stopień sformalizowania i niewielką biurokrację. Dzięki temu członkowie tych organizacji mogą w sposób aktywny zaangażować się w podejmowane działania na rzecz osób skazanych (B. Weitmayer, 2014, s. 43). W ramach działań postpenitencjarnych podejmowanych przez zakłady karne osadzeni przed opuszczeniem zakładu nawiązują kontakt z kuratorem, którego zadaniem jest pomoc w powrocie do życia na wolności oraz nawiązanie kontaktów społecznych. Przed opuszczeniem jednostki penitencjarnej osadzeni uzyskują również pomoc w uregulowaniu kwestii formalnych dotyczących uzyskania świadczeń socjalnych. Z kolei dozorem probacyjnym zostają objęci byli osadzeni, w przypadku których prowadzanie działania resocjalizacyjne okazały się mało skuteczne (Raport Najwyższej Izby Kontroli, 2015, s. 7, https://www.nik.gov.pl/plik/id,9730,vp,11986.pdf, dostęp z dnia 12.02.2021).

Wielka Brytania i Irlandia Północna

Osoby opuszczające zakłady karne otrzymują wsparcie finansowe *prison discharge grant* (jest ono przeznaczone dla osób, które w zakładzie karnym przebywały dłużej niż 14 dni, ale nie były skazane za niepłacenie alimentów lub grzywnę) (Raport Najwyższej Izby Kontroli, 2015, s. 73, https://www.nik.gov.pl/plik/id,9730,vp,11986.pdf, dostęp z dnia 12.02.2021). Osoby, które chcą znaleźć pracę mogę otrzymać wsparcie od *Jobseeker's Allowance* i pod nadzorem doradcy zawodowego (*work coach*) przygotowują podanie o pracę oraz kontaktują się z potencjalnymi pracodawcami. Osoby wykazujące się znaczną aktywnością w poszukiwaniu pracy otrzymują dodatkowo zasiłek finansowy (byli więźniowie otrzymują go do momentu uzyskania zatrudnienia). Osadzeni mają także możliwość poszukiwania pomocy i wsparcia w fundacjach i stowarzyszeniach, które specjalizują się w pomocy zarówno dla byłych więźniów, jak i osób bezdomnych oraz w trudnej sytuacji życiowej (np. *Money discretionary founds, Local welfare assistance* i *Short term benefit advances).* Działania na rzecz więźniów i byłych więźniów prowadzone zarówno przez organizacje pozarządowe jak i instytucje państwowe obejmują głównie wsparcie przy szukania pracy, mieszkania, uzyskania wsparcia finansowego, leczenia uzależnień, pomocy prawnej oraz poprawy kontaktów i relacji z rodziną. Wielka Brytania i Irlandia Północna charakteryzują się jedną z największych populacji osób osadzanych w Europie, stąd

podejmowane działania nie zawsze są skuteczne, a system pomocowy jest krytykowany (B.M. Nowak, 2015, s. 67-68).

Obok pomocy materialnej i ekonomicznej równie ważna jest pomoc psychologiczna, która ma ułatwić skazanemu ponownie wejście w pełnione wcześniej role społeczne. Odpowiednie przygotowanie merytoryczne jest podstawą procesu wszelkich działań podejmowanych w ramach pomocy postpenitencjarnej. Aby był on skuteczny konieczna jest znajomość sposobu funkcjonowania jednostki i zmian, jakie zaszły w jej osobowości podczas pobytu w jednostce penitencjarnej (H. Karaszewska, J. Rajewska De Mezer, 2013, s.228).

Otrzymywana pomoc zarówno w aspekcie psychicznym, emocjonalnym jak i materialnym jest niezwykle ważna, gdyż stanowi podstawę uzyskania wysokich efektów readaptacyjnych. Regulacje prawne w tym aspekcie stanowią pewnego rodzaju „gwarancję" dla byłych więźniów, że po opuszczeniu placówki penitencjarnej nie zostaną bez pomocy i wsparcia odpowiednich osób i instytucji.

2.4. Wsparcie udzielane byłym więźniom

2.4.1. Destygmatyzacja

Wobec osób, które dopuściły się złamania prawa lub w rażący sposób naruszyły dobra, prawa, godność i wolność drugiej osoby stosuje się kary izolacyjne. Izolacja pociąga za sobą negatywne konsekwencje dla psychospołecznego funkcjonowania jednostki. Im jest ona dłuższa, tym te konsekwencje pogłębiają się i utrwalają, prowadząc do sytuacji zagrażających samej jednostce (T. Kalisz, A. Kwieciński, 2013, s. 57).

Podczas izolacji od społeczeństwa pojawiają się zaburzenia emocjonalne i fizyczne ze względu na ograniczoną liczbę bodźców oraz ograniczenie kontaktów międzyludzkich, co w znaczący sposób utrudnia proces readaptacji społecznej (Ł. Mrózek, 2014, s.48).

Pobyt w zakładzie karnym niezależnie od popełnionego czynu nigdy nie jest prosty, a jego konsekwencje często odczuwane są przez wiele lat. Oprócz osoby skazanej skutki osadzenia ponoszą również osoby jej najbliższe (partnerzy, małżonkowie, dzieci, rodzice). Ponadto skazani stosunkowo często doświadczają stygmatyzacji. Pojęcie to zostało wprowadzone i wyjaśnione przez Ervina Goffmana. Stygmatyzacja według E. Goffmana jest to „cecha lub znamię, które naznacza nosiciela jako człowieka „okaleczonego" i wartego mniej niż „normalni" ludzie". To także „proces, który obejmuje reakcję społeczną na posiadane przez podmiot postrzegany właściwości stygmatyzujące oraz konstruowanie

tożsamości stygmatyzowanego wokół jego piętna" (M. Świgost, A. Dąbrowska, 2017, s. 330).

Stygmat można ujmować w dwóch kategoriach. Może mieć on właściwości niewidoczne (dyskredytujące) – stygmat nie jest widoczny, a jednostka ma przekonanie, że inni o nim nie wiedzą oraz widoczne (zdyskredytowane) – posiadany stygmat jest widoczny i w konsekwencji tego jednostka uznawana jest za gorszą (w przypadku byłych osadzonych może to być tatuaż). Widoczność lub brak możliwości ukrycia pewnego stygmatu ma znaczenie w zakresie budowania relacji interpersonalnych. Widoczność może wywoływać negatywne reakcje innych osób oraz przyczyniać się do izolacji osoby ze stygmatem (M. Świgost, A. Dąbrowska, 2017, s.332).

Stygmatyzacja to nadawanie negatywnego znaczenia. Jest przypisywaniem pewnej etykiety na podstawie nieprawdziwych informacji i stereotypów, które często wynikają z niewiedzy. Stygmatyzacja może być wynikiem lęku, strachu lub braku świadomości i wiedzy o danym zjawisku (A. Paszkiewicz, 2017, s. 56). Naszą wiedzę o osobach skazanych i ich negatywny wizerunek tworzą media. Przekazywane informacje nie zawsze są rzetelne, co w konsekwencji prowadzi do powstania nieprawdziwego obrazu więźnia i byłego więźnia (A. Paszkiewicz, 2017, s. 61).

Proces stygmatyzacji zależy od wielu czynników. Na jego wpływ niewątpliwie wpływa pochodzenie stygmatu. W przypadku osób odbywających karę pozbawienia wolności to naznaczenie jest bardzo silne. Negatywne nastawienie społeczeństwa lub odrzucenie byłego więźnia najczęściej związane jest ze strachem i lękiem (M. Świgost, A. Dąbrowska, 2017, s. 138; A.M. Ahmed, H.B. Ahmad, 2015, s.22)

Stygmatyzacja dotyczy nie tylko samego skazanego, ale także jego najbliższych. Szczególną uwagę w takim przypadku należy zwrócić na dzieci, które mogą być odrzucone, nieakceptowane lub wyśmiewane przez swoich rówieśników (A. Paszkiewicz, 2017, s. 56).

Proces stygmatyzacji danej jednostki rozpoczyna się w momencie oskarżenia jej lub wszczęcia czynności wyjaśniających. W momencie wydania wyroku i osadzenia w zakładzie karnym jest przejawem pewnego „odrzucenia" od społeczeństwa. Pobyt w jednostce penitencjarnej nadaje pewną etykietę, od której trudno się uwolnić, nawet po opuszczeniu zakładu karnego (M. Świgost, A. Dąbrowska, 2017, s. 138; D. Kanarek-Lizik, 2017, s. 71).

Dodatkowo wskazuje się, że stygmatyzacja społeczna może być przyczyną powstania zaburzeń psychicznych, popadania w uzależnienia oraz powrotu do przestępstwa. (K.A. Moore, J.B. Stuweig, J.P. Tangeney, 2016, s.196). Naznaczenie byłych osadzonych, nastawienie społeczeństwa i sposób, w jaki są oni traktowani niejako warunkuje ich

zachowanie. Sposób traktowania byłych więźniów przez innych odnosi się także do tego, jak oni sami siebie postrzegają jako jednostkę (K.A. Moore, J.B. Stuweig, J.P. Tangeney, 2016, s. 198). Napiętnowanie i stygmatyzowanie osłabia motywację do podejmowania działań i prób integracji ze społeczeństwem (K.A. Moore, J.B. Stuweig, J.P. Tangeney, 2016,s. 212). Stygmatyzacja społeczna może prowadzić do: izolacji, wrogiego i nieufnego nastawienia do innych, odrzucenia czy poczucia niesprawiedliwości i bezsilności (K. Pierzchała, 2016, s. 202).

Ponowne przystosowanie się do życia na wolności, do obecnie panujących warunków społecznych jest procesem, który wymaga zaangażowania nie tylko byłych skazanych, ale także najbliższego otoczenia. Były skazany w momencie opuszczenia zakładu karnego znajduje się w sytuacji trudnej i dlatego potrzebuje pomocy i wsparcia głównie ze strony najbliższych. To osoby najbliższe zapewniają poczucie przynależności i bezpieczeństwa. Okazywanie wsparcia, ale także akceptacji wzmacnia proces reintegracji społecznej i utrwala wypracowane zmiany (K. Pierzchała, 2016, s. 208-209).

Aby proces reintegracji społecznej byłych skazanych był skuteczny musi dojść do destygmatyzacji. Jest to proces, w którym jednostka uświadamia sobie niewłaściwe aspekty swojego życia, w konsekwencji których nie potrafiła w sposób właściwy wywiązywać się z pełnionych ról społecznych. Moment uświadomienia sobie swojego położenia rozpoczyna proces pewnej walki (M. Konopczyński, 2008, s. 70, Kanarek-Lizik, 2017, s. 90).

Aby ułatwić proces destygmatyzacji konieczne jest podnoszenie świadomości społeczeństwa na temat procesu resocjalizacji, osób, które są mu poddane oraz jednostek opuszczających zakłady karne. Negatywne nastawienie, niechęć i brak okazywanego wsparcia wynika z niewiedzy lub nieprawdziwych informacji (E. Olszewska, 2012, s. 177). Ważne jest uświadamianie społeczeństwa i zmiana sposobu postrzegania byłego więźnia. Budowanie jego pozytywnego wizerunku, pokazanie go w nowej roli (dobrego pracownika, odpowiedzialnego partnera, rodzica) sprzyja pozytywnej readaptacji społecznej oraz destygmatyzacji (E. Olszewska, 2012, s. 179).

W procesie destygmatyzacji ważną rolę odgrywa otoczenie społeczne, którego głównym zadaniem jest pomoc byłemu skazanemu w zmianie i przejście od negatywnego wizerunku w społeczeństwie do pozytywnego. Wskazuje się, że podczas tego procesu można wyróżnić dwa typu zmiany: zmiany interpersonalne i zmiany czasowe. Zmiany interpersonalne obejmują pewną reorganizację w zakresie podejścia do celów materialnych (przypisanie im mniejszego znaczenia, mniejszej wartości) oraz poczuciem znużenia i zmęczenia w zakresie systemu sprawiedliwości (zrzucania odpowiedzialności na system).

Z kolei zmiany czasowe to zmiana podejścia do sposobu życia po dokonaniu pewnych przemyśleń dotyczących kryminalnej przeszłości i związanych z nią negatywnych konsekwencji (D. Kanarek-Lizik, 2017, s. 91).

Proces reintegracji społecznej jest pewnym wyzwaniem zarówno dla byłych skazanych, ich najbliższych jak i całego społeczeństwa. Zakres pomocy i wsparcia, jakie otrzymują byli więźniowie warunkuje ich dalszy sposób postępowania. Przyjmuje się, że im bardziej efektywna i skuteczna będzie okazana pomoc, tym mniejsza szansa na powrót do zakładu karnego. Zjawisko recydywy stanowi problem dla państwa, systemu prawnego i całego społeczeństwa. Byli więźniowie doświadczają odrzucenia i są negatywnie odbierani w środowisku lokalnym z powodu swojej kryminalnej przeszłości. Sam zakład karny (jako instytucja) w pewnym sensie pogłębia negatywne skutki uwięzienia danej jednostki, ponieważ izoluje ją od społeczeństwa i tym samym ogranicza możliwość nauki życia na wolności i postępowania zgodnie z przyjętymi normami społecznymi (A.M. Ahmed, H.B. Ahmad, 2015, s. 20-21).

2.4.2. Wsparcie społeczne

W sytuacjach trudnych, a do takich zalicza się pobyt w zakładzie karnym, każdy człowiek potrzebuje pomocy i wsparcia ze strony najbliższych. Pobyt w zakładzie karnym w znacznym stopniu ogranicza lub w niektórych przypadkach uniemożliwia utrzymywanie kontaktów z bliskimi, co przekłada się na brak wsparcia z ich strony (K. Porębska, 2009, s.49).

Wsparcie społeczne jest pewnym procesem, „podczas którego jedna osoba lub grupa osób ułatwia innej osobie lub grupie zaspokojenie jej potrzeb fizycznych, psychicznych, społecznych i duchowych, pomaga w rozwiązywaniu konfliktów wewnętrznych lub/i zewnętrznych, towarzyszy w pokonywaniu codziennych trosk, trudności, frustracji i stresu” (A. Kacprzak, 2009, s. 141). Szczególnym źródłem wsparcia, zwłaszcza w sytuacjach trudnych jest rodzina. Ma ona duże znaczenie dla osób przebywających w izolacji penitencjarnej i opuszczających zakłady karne. Pobyt jednego członka rodziny w więzieniu może prowadzić nie tylko do osłabienia więzi rodzinnych, ale także do ich zerwania (A. Kacprzak, 2009, s. 141).

Wsparcie społeczne stanowi pewien zasób społeczny. Jest to „forma informacji otrzymywanej od otoczenia, dającej nam wiedzę dotyczącą tego, w jakim stopniu możemy ufać ludziom i jakiej pomocy możemy od nich oczekiwać” (J. Filipkowski, R. Gerymski,

2020, s. 254). Wsparcie można rozumieć, jako pewnego rodzaju możliwość dostępu do osób, które pomagają nam radzić sobie w trudnych sytuacjach. Jest ono niezwykle ważne w życiu każdego człowieka. Sprowadza się do: pomocy o charakterze materialnym (rzeczowym), behawioralnym, uzyskiwania informacji zwrotnych, przewodnictwa, intymnej interakcji oraz pozytywnej interakcji ze społeczeństwem. W niektórych przypadkach okazywane wsparcie społeczne może minimalizować lub hamować zachowania ryzykowne (J. Filipkowski, R. Gerymski, 2020, s. 257).

W literaturze wyróżnia się dwa modele teoretyczne dotyczące wsparcia społecznego: model efektu buforowego oraz model efektu głównego. W pierwszym z nich wsparcie społeczne minimalizuje, łagodzi niektóre czynniki ryzyka (np. stres). Z kolei model efektu głównego określa wsparcie społeczne jako bezpośredni czynniki powodujący minimalizację nieprzystosowania w zależności od doświadczanej sytuacji stresowej (A. Narojczyk, 2017 za: Mary E. Procidanos, 2004, s. 31).

Wsparcie społeczne można definiować na różne sposoby. Według Heleny Sęk i Romana Cieślaka jest to rodzaj pomocy, jaką dana jednostka może otrzymać w sytuacji dla niej trudnej, w ramach pewnej przynależności do sieci społecznej (H. Sęk, R. Cieślak, 2004, s. 14). Wsparcie społeczne można odnosić do różnych wymiarów. Jednym z nich jest wymiar strukturalny i funkcjonalny, który odnosi się do istniejących więzi i kontaktów społecznych- sieci wsparcia (np. rodzina, przyjaciele, sąsiedzi), to także realizacja funkcji wspierającej osoby, które potrzebują pomocy. Aspekt funkcjonalny można rozumieć, jako pewną interakcję społeczną, której głównym celem jest obniżenie poziomu stresu, pomoc w sytuacji kryzysowej, a także zapewnienie poczucia bezpieczeństwa. Do kolejnych wymiarów możemy zaliczyć źródła wsparcia, jego rodzaje oraz różnice pomiędzy wsparciem otrzymywanym a postrzeganym. Wsparcie otrzymywane to wiedza dotycząca konkretnych osób, od których możemy otrzymać pomoc, a wsparcie postrzegane to subiektywne odczucie odbiorcy na temat wsparcia, jakie otrzymał. Rozbieżność pomiędzy wsparciem postrzeganym a otrzymywanym zależy m.in. od: sytuacji trudnej, kryzysowej, doświadczeń jednostki, realnej potrzeby i chęci otrzymania wsparcia oraz przynależności do sieci wsparcia. Niezależnie od sytuacji trudnej czy problemowej wsparcie jest pewnym układem pomiędzy jednostkami, które je okazują, a jednostkami, do których jest ono skierowane (A. Narojczyk, 2017, s. 32-35; G. Godawa, 2015, s. 43-44).

Oprócz realnej pomocy i wsparcia osoby opuszczające zakłady karne i przebywające tam potrzebują wiary, że otrzymają pomoc od najbliższych, w momencie, kiedy będą jej potrzebować (J. Filipkowski, R. Gerymski, 2020, s. 254).

George W. Shaffer i Richard S. Lazarus wyróżnili trzy rodzaje wsparcia: emocjonalne, rzeczowe i informacyjne. Pierwszy rodzaj wsparcia odnosi się do okazywania zrozumienia, empatii oraz zapewnienia poczucia bezpieczeństwa osobie, w trudnej sytuacji. Wsparcie rzeczowe to z kolei zapewnienie podstawowych rzeczy materialnych np. ubrania, żywność. Ostatni wyróżniony rodzaj wsparcia to wsparcie informacyjne, którego celem jest udzielenie osobie potrzebującej niezbędnych informacji pomocnych w rozwiązaniu sytuacji trudnej czy kryzysowej np. konsultacja z prawnikiem (K. Porębska, 2009, s. 49).

Iwona Niewiadomska wskazuje, że wsparcie społeczne to „źródło regulacji postaw jednostki w zintegrowanych systemach interpersonalnych (…). Kontakty międzyludzkie mają pomocowy charakter, gdy spełniają określone warunki. Ważne jest przede wszystkim to, aby w relacji wspierający – wspierany dochodziło do procesu wymiany" (I. Niewiadomska, 2011, s. 176). Autorka wskazuje na takie rodzaje wsparcia społecznego jak: wsparcie emocjonalne (wskazujące na okazywaną opiekę, troskę, to także przekazywanie pozytywnych emocji, które mają stanowić wsparcie, ale także wzmacniać poczucie własnej wartości, skuteczności i przynależności), informacyjne (odnosi się do wymiany informacji, które są potrzebne w procesie wychodzenia z trudnej sytuacji), instrumentalne (przekazywanie konkretnych i określonych sposobów postępowania w danej sytuacji), rzeczowe – materialne (to przekazywanie na rzecz osoby potrzebującej konkretnych środków materialnych, w tym finansowych). Skuteczność wsparcia społecznego zależy od wielu czynników. Jednym z najważniejszych jest celowość podjętych działań i oczekiwania osoby, wobec której wsparcie jest kierowane. Ważny jest także poziom i stopień zintegrowania i zaangażowania osób, które udzielają wsparcia w stosunku do osób otrzymujących je. W przypadku stosunkowo silnej integracji świadczone i otrzymywane wsparcie będzie charakteryzować się większą efektywnością (I. Niewiadomska, 2011, s. 177).

Wsparcie społeczne jest pewnym działaniem społecznym, które można definiować jako „pomoc emocjonalną, informacyjną lub materialną, udzielaną jednostce przez ludzi, z którymi jest ona powiązana" (G. Godawa, 2015, s. 42). Autor wskazuje także na następujące rodzaje wsparcia: wsparcie o charakterze strukturalnym i funkcjonalnym, źródła i rodzaje wsparcia, wsparcie otrzymywane i spostrzegane oraz na potrzebę wsparcia. Podkreśla on także, że okazanie wsparcia jest konieczne w sytuacji trudnej dla danej jednostki. Może być ono czynnikiem minimalizującym negatywne stany i stresory, a także pomaga w stosowaniu właściwych mechanizmów obronnych (G. Godawa, 2015, s. 42).

Byłych więźniów, którzy nie radzą sobie z adaptacją do warunków wolnościowych zaliczamy do osób wykluczonych społecznie. Proces ten utrudnia (oprócz pewnej etykiety,

stygmatu więźnia) także problemy ze znalezieniem pracy, mieszkania oraz pewne braki w umiejętnościach i kompetencjach społecznych. Pojawiające się trudności są także wynikiem negatywnej postawy i nastawienia potencjalnych pracodawców i społeczności lokalnej wobec byłego więźnia. Problemy, z jakimi spotykają się osoby opuszczające zakłady karne wskazują na brak skutecznego wsparcia oraz niewystarczającą współpracę instytucji pomocowych (których zadania powinny koncentrować się również na pomocy i wsparciu dla byłych więźniów) z osobami opuszczającymi zakłady karne, ich najbliższymi i środowiskiem lokalnym, do którego oni powracają (M. Theiss, 2011, s.43; B.M. Nowak, 2019, s. 290-291).

Aby minimalizować zjawisko recydywy, osobom osadzonym przed opuszczeniem jednostki penitencjarnej nalży zapewnić odpowiednią pomoc i wsparcie. Szczególnie osadzonym, którzy nie mają wykształcenia lub posiadają wykształcenie podstawowe, nie posiadają mieszkania, nie mają lub nie utrzymują kontaktu z najbliższą rodziną, wykazują deficyty w zakresie umiejętności społecznych oraz nie posiadają motywacji i chęci do podejmowania zmian. Niewątpliwie praca jest jednym z czynników chroniących byłych więźniów przed powrotem do zakładu karnego. Należy także podkreślić znaczenie wsparcia ze strony społeczności lokalnej. W działania pomocowe na rzecz byłych więźniów mogą zostać zaangażowane takie instytucja jak: szkoły, zakłady pracy, ośrodki kultury oraz inne instytucje, których działalność jest związana z realizacją zadań o charakterze pomocowym (B.M. Nowak, 2019, s. 303-304).

2.4.3. Wsparcie rodzinne

Rodzina jest środowiskiem, które kreuje sposób postępowania człowieka, zaspokaja jego potrzeby oraz uczy pewnych norm i wartości (P. Wolińska, 2016, s. 62). Stanowi ona naturalne środowisko życia i rozwoju, a pobyt w zakładzie karnym wymusza na jednostce przystosowanie się do nowej sytuacji i nowych warunków. Dlatego osoby osadzone powinny otrzymać wsparcie bezpośrednio po przyjęciu do jednostki penitencjarnej. Aby okazywana pomoc i wsparcie były skuteczne osoba osadzona powinna wyrazić chęć jej otrzymania. Znaczącą rolę odgrywa rodzina i osoby najbliższe skazanego. Brak możliwości kontaktu z najbliższymi może być przyczyną pogłębienia negatywny stanów emocjonalnych oraz utrudniać proces resocjalizacji i później readaptacji społecznej (K. Porębska, 2009, s. 50, 52).

Zgodnie z art. 105 k.k.w. (Dz. U. Dz.U.2021.0.53), osoby skazane mają prawo do kontaktów z rodziną i najbliższymi. W celu podtrzymywania relacji rodzinnych, zapobiegania powrotowi do przestępstwa oraz dla prawidłowego funkcjonowania psychofizycznego osoby

skazane mają prawo do widzeń, rozmów telefonicznych czy paczek (A. Świergała, 2019, s. 154).

Podkreśla się, że rodzina stanowi źródło wsparcia w sytuacjach trudnych, szczególnie dla osób przebywających w izolacji penitencjarnej. Uznaje się ją za czynnik chroniący przed popełnianiem kolejnych przestępstw i wzmacniający oraz motywujący w dążeniu do utrzymania pozytywnych zmian. Pozytywne relacje z rodziną i najbliższymi są kluczowym elementem procesu readaptacji i powrotu do codziennego funkcjonowania w środowisku wolnościowym. Sami więźniowie podkreślają, że rodzina stanowi dla nich ważne źródło siły oraz daje poczucie pewnej przynależności (D. Sarzała, 2016, s. 311-319; A. Pytka, 2021, s. 142). Podkreśla się, że sama świadomość wsparcia okazywanego przez rodzinę i możliwość poprawy lub ponownego budowania więzi rodzinnych (po opuszczeniu zakładu karnego) stanowi nie tylko źródło wsparcia, ale także pewną siłę, która pomaga przetrwać czas w izolacji penitencjarnej (A. Świergała, 2019, s. 155).

Szczególnym „rodzajem wsparcia" są więzi rodzinne, które ulegają znacznemu rozluźnieniu lub całkowitemu zerwaniu w wyniku pobytu jednego z członków rodziny w zakładzie karnym. Osoby osadzone boją się, że pobyt w izolacji penitencjarnej przyczyni się do „zamknięcia się" rodziny na nich, wywoła lęk, niepewność, a niekiedy nawet poczucie zagrożenia (P. Wolińska, 2016, s. 65-66). H. Machel (2014, s.45, 52) wskazuje, że więzi rodzinne mogą być bardzo silne, przeciętne/słabe lub może ich nie być i niewątpliwie przekładają się one na proces resocjalizacji, a w dalszej kolejności readaptacji społecznej. Dodatkowo autor podkreśla znaczenie odbudowywania zerwanych i słabych więzi oraz wzmacniania silnych na rzecz pozytywnego zakończenia pobytu w izolacji penitencjarnej.

W literaturze wskazuje się, że rodzina i okazywane przez nią wsparcie jest jednym z ważniejszych czynników, które ułatwiają proces readaptacji społecznej. Stanowi ona wsparcie zarówno emocjonalne jak i rzeczowe, materialne, co w przypadku byłych więźniów jest bardzo ważne, ze względu na ich ograniczone możliwości i zasoby (szczególnie w krótkim okresie po opuszczeniu zakładu karnego). Andrzej Kacprzak wskazuje także na potrzebę większego zaangażowania i zagospodarowania zasobów i możliwości społeczności lokalnej. Najbliższe środowisko może stanowić źródło wykluczenia i napiętnowania (szczególnie byłych skazanych), jak i wsparcia w dążeniu do ich pełnej resocjalizacji i readaptacji społecznej (A. Kacprzak, 2019, s. 159). Brak wsparcia ze strony rodziny i najbliższych znacząco obniża motywację do zmiany i zaangażowanie do podejmowania nowych działań. To z kolei może prowadzić do ponownego konfliktu z prawem i powrotu do zakładu karnego (P. Wolińska, 2016, s.67).

2.4.4. Wsparcie instytucjonalne organizacji i podmiotów pozarządowych

Proces readaptacji społecznej byłych skazanych jest możliwy dzięki otrzymaniu odpowiedniego wsparcia społecznego zarówno ze strony osób najbliższych jak i podmiotów państwowych zajmujących się świadczeniem tego typu pomocy (H. Karaszewka, J. Rajewska deMezer, 2013, s. 216).

Służba Więzienna prowadzi liczne programy readaptacyjne, których celem jest pomoc osobom skazanym w powrocie do życia i funkcjonowania w społeczeństwie po opuszczeniu zakładu karnego. Działania te powinny być utrwalane nie tylko podczas zajęć realizowanych w czasie pobytu w jednostce penitencjarnej, ale również po jej opuszczeniu. Zdobyte umiejętności powinny pozwolić byłym więźniom na samodzielne zaspokajanie swoich podstawowych potrzeb, wywiązywanie się z pełnionych ról społecznych (partnera/ małżonka, ojca, pracownika itp.) i funkcjonowanie w społeczeństwie zgodnie z ogólnie przyjętymi normami i zasadami, a także przepisami prawa. Stąd podejmowane działania resocjalizacyjne i readaptacyjne powinny uwzględniać możliwości rozwojowe, motywację, zaangażowanie, zainteresowania i chęć do działania osób osadzonych, w celu uzyskania określonych rezultatów i pozytywnych zmian (B.M. Nowak, 2019, s. 304).

W pracy ukierunkowanej na pomoc osobom opuszczającym zakłady karne ważne jest wzmacnianie ich możliwości sprawczych. Jedną z takich możliwości jest idea *empowermentu*. Może obejmować ona działania indywidualne i strukturalne. W aspekcie indywidualnym koncentruje się na wzmacnianiu tych cech, elementów, które będą kształtować umiejętność samokontroli nad podejmowanymi działaniami. Z kolei działania strukturalne charakteryzują się działaniami mającymi na celu minimalizację barier społecznych, które utrudniają jednostce proces integracji społecznej (A. Paszkiewicz, 2017, s. 72).

Przygotowanie osób przebywających w zakładach karnych do życia na wolności, zwłaszcza tych, którzy odbywali wieloletnie kary pozbawienia wolności jest procesem rozpoczynającym się w momencie osadzenia i bardzo często kończącym się w raz z końcem kary. Skuteczność prowadzonych oddziaływań i wsparcie, jakie byli więźniowie otrzymują po opuszczeniu jednostki penitencjarnej warunkuje ich dalszy sposób postępowania, dlatego ważne są programy realizowane przez podmioty zewnętrzne skierowane do byłych osadzonych. Jednym z takich programów w Polsce jest program *Nowa droga- wsparcie osób młodych opuszczających zakłady karne lub areszty śledcze.* Jest on realizowany przez Stowarzyszenie POSTIS oraz Areszt Śledczy w Lublinie. Powstał przy wsparciu

Europejskiego Funduszu Społecznego Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020. Program jest skierowany do osób, które nie ukończyły 29 roku życia, a jego głównym zadaniem jest umożliwienie powrotu na rynek pracy. W programie wyróżniono cztery etapy pracy z byłymi więźniami. Zalicza się do nich:

- „przygotowanie osadzonego w zakładzie karnym lub areszcie śledczym do udziału w projekcie;
- piesza wyprawa byłego więźnia – po opuszczeniu jednostki penitencjarnej – szlakiem św. Jakuba w towarzystwie opiekuna 900 km. lub 350 km;
- szkolenie podnoszące kwalifikacje zawodowe byłego więźnia oraz staż zawodowy u pracodawcy;
- podjęcie przez byłego więźnia pracy zawodowej”[14].

W ramach programu *Nowa Droga* organizowano szkolenia oraz spotkania w celu uzyskania wsparcia psychologa czy prawnika.

Wsparcie dla osób, które już opuściły zakład karny świadczą również instytucje pozarządowe. Jedną z takich organizacji jest Fundacja Pomost, której założycielem jest były skazany. Fundacja poprzez prowadzone działania o charakterze terapeutyczno-readaptacyjnym pozwala na powrót do życia w społeczności. Fundacja współpracuje z pracownikami socjalnymi, kuratorami sądowymi, psychologami oraz specjalistami w zakresie terapii uzależnień. Udziela także pomocy materialnej. Z dostępnych danych wynika, że ok. 75% osób, które zwróciły się do fundacji o pomoc nie wróciły ponownie do zakładu karnego[15].

W celu skutecznej realizacji swoich działań Fundacja Patronat stworzyła Społeczny Ośrodek Readaptacyjny w Zabrzu. Jego główne założenia opierają się na terapii, resocjalizacji i wychowaniu, a za najważniejszy czynniki oddziaływań uznaje się indywidualną relację asystent-klient. Cele programu skupiają się na nauce nabywania i utrwalania umiejętności niezbędnych do życia w społeczeństwie, prawidłowego wypełniania ról społecznych oraz aktywnego szukania pracy. Pobyt w ośrodku trwa około roku i podzielony jest na kilka etapów. W pierwszym okresie po podpisaniu kontraktu szczególną uwagę zwraca się na rozwój umiejętności komunikacyjnych, psychospołecznych i interpersonalnych (dla każdego

[14]https://nowadroga.eu/o-projekcie/, (dostęp z dnia 10.05.2021r.)
https://www.funduszeeuropejskie.gov.pl/strony/o-funduszach/projekty/przyklady-najciekawszych-projektow/nowa-droga-wsparcie-osob-mlodych-opuszczajacych-zaklady-karne-lub-areszty-sledcze-ii-edycja/ (dostęp z dnia 10.05.2021r.)
[15]https://www.rp.pl/Prawo-karne/302229989-Fundacja-Pomost-pomaga-bylym-wiezniom-zaczac-nowe-zycie.html (dostęp z dnia 10.05.2021r.)

opracowywany jest indywidulany plan). Zarówno podczas zajęć grupowych jak i indywidualnych wzmacniana jest motywacja do podejmowania dalszych działań. Po upływie około pół roku nabyte umiejętności są utrwalane i doskonalone poprzez udział w kursach i szkoleniach. Po 12 miesiącach kończy się udział w programie oraz możliwość dalszego pobytu w ośrodku (w przypadku osób uzależnionych jest możliwość kontynuowania terapii)[16].

Podczas całego pobytu w zakładzie karnym należy prowadzić działania nie tylko resocjalizujące, ale także pomocowe. Należy wyposażyć jednostkę w umiejętności, dzięki którym będzie mogła bez przemocy i łamania prawa wypełniać codzienne obowiązki oraz ponosić odpowiedzialność za swoje czyny. Stąd udzielane wsparcie powinno mieć charakter wieloaspektowy i odnosić się do różnych obszarów życia (B. Zajęcka, 2015, s.299).

Pobyt w zakładzie karnym to doświadczenie trudnie i stresujące zarówno dla osoby osadzonej jak i jej najbliższych, z uwagi na pojawiającą się stygmatyzację. Negatywne konsekwencje wywołane izolacją mogą być przyczyną wielu niepowodzeń. Dlatego podkreśla się, że wsparcie zarówno ze strony osób najbliższych jak i instytucji pomocowych oraz świadomość jego otrzymania są niezwykle ważne dla osób przebywających w zakładach karnych. Duże znaczenie w tym zakresie ma także współpraca specjalistów, która szerzej została scharakteryzowana w ostatnim podrozdziale niniejszej pracy.

2.5. Współpraca specjalistów, jako warunek konieczny do uzyskania wysokich wyników readaptacyjnych

Znaczenie wsparcia ze strony społeczeństwa ma niewątpliwie istotny wpływ na przebieg i pozytywne zakończenie procesu readaptacji społecznej. Osoby, które weszły w konflikt z prawem i odbyły karę pozbawienia wolności znajdują się w trudnej sytuacji. Dlatego, tak ważne jest okazanie im pomocy zarówno o charakterze materialnym, prawnym jak i psychologicznym. Osoby opuszczające placówki penitencjarne otrzymują wsparcie od instytucji rządowych takich jak sądy (kuratorzy sądowi), czy Ośrodki Pomocy Społecznej (miejskie/ gminne, Centrum Pomocy Rodzinie), Kościoła oraz stowarzyszeń i fundacji pozarządowych (M. Marczak, 2009, s, 79-80).

[16] https://www.fundacja-pomost.pl/strona-glowna (dostęp z dnia 10.05.2021r.).

2.5.1. Kuratela sądowa i działania podejmowane przez kuratorów na rzecz readaptacji społecznej

Po opuszczeniu zakładu karnego byli skazani często pomoc otrzymują od kuratorów sądowych, którzy rozpoczęli swoja misję na przełomie XIX i XX wieku. Nadzór kuratorski zaliczany jest do systemu probacji, w którym prowadzone oddziaływania wobec sprawcy danego czynu realizowane są w warunkach wolnościowych (np. nałożenie obowiązku wykonywania dodatkowych prac, czy zawieszenie wykonania kary i poddanie sprawcy próbie) (K. Ostrowska, 2008, s. 273).

Zadania i zakres wykonywanych czynności kuratora sądowego reguluje Ustawa z dnia 27 lipca 2001 roku o kuratorach sądowych. Zgodnie z art. 1. „Kuratorzy sądowi realizują określone przez prawo zadania o charakterze wychowawczo-resocjalizacyjnym, diagnostycznym, profilaktycznym i kontrolnym, związane z wykonywaniem orzeczeń sądu". Zadania służbowe kuratorzy wykonują w środowisku osoby dozorowanej, w tym na terenie zakładów karnych, placówek opiekuńczo-wychowawczych czy leczniczo-rehabilitacyjnych (art. 3). Wykonując swoje zadania służbowe zgodnie z art. 9. mają prawo do: widzeń w określonych godzinach (między 7:00 a 22:00) swoich podopiecznych, uzyskiwania od nich wyjaśnień i informacji, analizy akt sądowych i innych dokumentów zawierających informacje o dozorowanym, a także uzyskiwania pomocy od innych instytucji i organów państwowych (np. Policji) w wykonywaniu obowiązków służbowych.

Zgodnie z art. 173 k.k.w. kurator sądowy jest osobą odpowiedzialną za przygotowanie i przebieg działań, których celem jest pomoc byłym skazanym w społecznej readaptacji i zapobieganie ich powrotowi do przestępstwa. Realizując swoje zadania kurator ma prawo do kontroli zadań i sposobu wywiązywania się z nich przez dozorowanego. Sposób zachowania się i postępowania osoby objętej dozorem uprawnia kuratora do składania wniosków do sądu m.in. o umorzenie postępowania, zmianę obowiązków, zwolnienie z dozoru, udzielenie pomocy postpenitencjarnej lub w przypadku niewłaściwego postępowania o wykonanie kary warunkowo zawieszonej, rozszerzenie obowiązków czy wykonanie kary ograniczenia wolności. Ponadto w myśl art. 173a k.k.w. kurator sądowy może zobowiązać osobę dozorowaną do zaprzestania używania środków psychoaktywnych oraz podjęcia leczenia alkoholowego.

Zgodnie z art. 164 k.k.w. okres 6-ciu miesięcy przed końcem wykonywania kary pozbawienia wolności jest czasem przeznaczonym na przygotowanie skazanego do opuszczenia zakładu karnego oraz nawiązania kontaktu z kuratorem sądowym (W. Liszke, 2009, s. 115).

Rozpoczynając pracę z osobą dozorowaną, kurator sądowy często spotyka się z niechęcią, złością a nawet agresją ze strony podopiecznego. Niemniej jednak na każdym etapie pracy musi podejmować działania na rzecz pomocy i poprawy sytuacji osoby dozorowanej, a przy tym musi być opanowany, konsekwentny i traktować ją z szacunkiem (A. Węgliński, 2013, s. 344-345).

Osoba, która opuszcza placówkę penitencjarną niewątpliwie znajduje się w sytuacji trudnej i stresującej. Jednym z pierwszych zadań, jakie stoi przed kuratorem sądowym jest wykazanie akceptacji i empatii w stosunku do swojego podopiecznego. Były skazany rozpoczynając życie w warunkach wolnościowych czuje się zagubiony i niepewny, co w konsekwencji może wykształcić w nim postawę agresywną i negatywnie nastawioną do osób, które okazują jej pomoc. Rozpoczynając swoją pracę z podopiecznym, kurator sądowy powinien dokonać wstępnej oceny dotyczącej motywacji i chęci zmiany, poznać słabe i mocne strony, a także określić zasoby i możliwości byłego skazanego. Praca kuratora z dozorowanym zaliczana jest do pracy długoterminowej. Obejmuje ona głównie trzy obszary, które są niezbędne w codziennym życiu i funkcjonowaniu, a które mogą stanowić sytuacje trudne czy problemowe dla osoby opuszczającej placówkę penitencjarną. Zalicza się tu: zaburzenia warunkujące nieprzystosowanie społeczne oraz sytuacje życiowe, które utrudniają wypełnianie ról społecznych i które stanowią trudność np. znalezienie mieszkania, załatwienie sprawy w urzędzie (A. Bałandynowicz, 2009, s. 22-24).

Praca kuratora z byłym osadzonym rozpoczyna się od diagnozy początkowej, w której można wyróżnić trzy elementy szczegółowe. Zalicza się tu diagnozę odnoszącą się do faktów (poznanie przyczyn określonego postępowania osoby dozorowanej, w tym ewentualnych zaburzeń czy stosunku do obowiązujących norm prawnych), diagnozę genetyczną (dotyczącą podłoża danego zachowania) oraz diagnozę prognostyczną pozwalającą określić stopień „podatności" osoby dozorowanej na prowadzone oddziaływania (S. Rębas, 2014, s. 139-140).

Kuratorzy sądowi nie tylko sprawują dozór, ale także monitorują, kontrolują swoich podopiecznych, udzielają im wsparcia i kontynuują rozpoczęty w warunkach izolacji więziennej proces resocjalizacji. Kuratorzy sądowi pełnią istotną rolę w zapobieganiu powrotowi do przestępstwa i pozytywnym zakończeniu procesu readaptacji społecznej. W celu poprawy skuteczności prowadzonych oddziaływań ustanowiono tzw. „kuratora penitencjarnego". Swoje obowiązki służbowe wykonuje on na terenie zakładu karnego. Jest on pewnego rodzaju pośrednikiem pomiędzy osobami skazanymi i wychowawcami a zawodowymi kuratorami sądowymi. Zadania kuratora penitencjarnego opierają się na: uzyskaniu ważnych informacji o skazanym, które np. komisja penitencjarna może brać pod

uwagę podczas wystąpienia z wnioskiem o warunkowe przedterminowe zwolnienie, pomocy w określeniu zakresu pomocy postpenitencjarnej, doradztwie (w tym pomoc w nawiązaniu kontaktu z instytucjami zajmującymi się pomocą skazanym), czy analizie trudności mogących wystąpić po opuszczeniu zakładu karnego. Działania podejmowane przez kuratorów penitencjarnych mają nie tylko na celu poprawę skuteczności i efektywności oddziaływań resocjalizacyjnych, ale także zapewnienie poczucia bezpieczeństwa osobom przygotowującym się do opuszczenia placówki izolacyjnej (H. Machel, 2003, s. 293, 295-296; http://www.probation.ie/EN/PB/WebPages/WP16000036 (dostęp z dnia 16.08.2021r). Podkreśla się, że kurator penitencjarny, pracujący z osobą pozbawioną wolności (jeszcze podczas pobytu w izolacji) przyczynia się do zmniejszenia zjawiska recydywy. Kurator penitencjarny powinien być osobą pomagającą, towarzyszącą osadzonemu, a kojarzony jest z kontrolą, nadzorem i nakładanymi sankcjami za niewywiązanie się z obowiązków (K. Jasiński, 2018, s. 85,95; https://online.maryville.edu/blog/probation-vs-parole-officer/ (dostęp z dnia 16.08.2021r.).

W pracy z osobami nieprzystosowanymi społecznie i zagrożonymi nieprzystosowaniem kuratorzy sądowi wykorzystują rożne metody i techniki. Praca kuratora sądowego oparta jest głównie na pracy indywidualnej z przypadkiem w jego środowisku (np. w miejscu pracy czy w domu), w celu wywołania zmian w jego zachowaniu. Działania podejmowane przez niego mają „zmuszać do podjęcia określonych zadań" (S. Rębas, 2014, s. 133).

W literaturze przedmiotu wyróżnia się cztery podstawowe modele pracy kuratora sądowego. Pierwszy z nich to model oparty na kontroli (kurator określa swoje oczekiwania względem podopiecznego, jednocześnie wskazując sposoby i możliwości, które mogą w tym pomóc). Drugi model określany jest jako „casework", czyli praca z przypadkiem. W tym modelu zadanie kuratora polega na motywowaniu do podejmowania działań. Osoba dozorowana jest współtwórcą opracowanego planu działań. Kolejny model pracy to kontrola i opieka aktywizująca, w której kurator jest osobą odpowiedzialną za opracowanie i wdrożenie oddziaływań o charakterze resocjalizacyjnym. Model ten zakłada również współpracę z najbliższym środowiskiem podopiecznego. Ostatni model ma charakter wychowawczy i polega na tworzeniu nowych sytuacji dla podopiecznego, które będą wywoływać określone zmiany (S. Rębas, 2014, s. 134-135).

Przygotowanie skazanych do opuszczenia zakładu karnego powinno rozpoczynać się w momencie ich osadzenia. Powinna być to praca ze skazanym i jego rodziną. Można

wyróżnić cztery etapy, które dla skazanego i jego najbliższych mogą być szczególnie trudne. Do tych etapów zaliczamy:

- aresztowanie – moment rozdzielenia jednostki z rodziną, jest szczególnie trudny dla osób, które odbywają karę po raz pierwszy. Na tym etapie funkcja kuratora sprowadza się do pomocy w przełamywaniu barier i negatywnej postawy wobec samej instytucji i personelu więziennego. Jest to również zapoznanie z nowymi warunkami, prawami i obowiązkami, według których skazany będzie funkcjonował;
- skazanie – na tym etapie kurator może być pośrednikiem między skazanym a jego rodziną. Obie strony nie są przygotowane do nowej sytuacji. Rodzina martwi się o to, czy skazany poradzi sobie w izolacji oraz jak często będą mogli się kontaktować. Sam skazany czuje się w pewnym stopniu zagrożony. Boi się utraty pracy i tego, że rodzina i najbliżsi odwrócą się od niego;
- okres pobytu w zakładzie karnym – skazany musi nauczyć się żyć w nowym dla siebie środowisku, funkcjonować według pewnego schematu i reguł, jakie obowiązują w zakładzie karnym. Z kolei rodzina jest naznaczona przez społeczeństwo, oceniana na podstawie czynu dokonanego przez skazanego. Na tym etapie kurator powinien okazywać wsparcie emocjonalne w czasie spotkań i prowadzonej rozmowy.

Skazany po okresie izolacji musi ponownie przystosować się do życia w warunkach wolnościowych, Często pozostaje bez pracy czy mieszkania, bez wsparcia osób bliskich. Natomiast jego rodzina musi ponownie nauczyć się żyć z osobą, której nie było np. kilka lat. Powrót skazanego wpływa na sposób funkcjonowania wszystkich domowników. Na tym etapie kurator powinien wraz ze skazanym i jego rodziną dokonać analizy sytuacji trudnych dla obu stron i wspólnie opracować możliwe sposoby ich rozwiązania (M. Marczak, 2010, s. 158-160). Jednym ze sposobów pomocy rodzinie (szczególnie w sytuacji pobytu jednego z jej członków w zakładzie karnym) jest mediacja. Agnieszka Lewicka-Zelent (2020, s. 21) wskazuje, że mediacja w rodzinie pozwala nie tylko na wyrównywanie i podnoszenie umiejętności komunikacyjnych, ale głównie pozwala na pokojowe rozwiązywanie konfliktów oraz zaspokajanie swoich potrzeb. Autorka podkreśla także „że największą zaletą mediacji rodzinnych jest szybkie, w miarę bezstresowe rozwiązanie różnorodnych sytuacji trudnych, a wśród nich zwłaszcza tych, w które zaangażowane są dzieci”.

W pracy kuratora sądowego można wyróżnić cztery fazy. Pierwsza z nich polega na wzbudzaniu świadomości podejmowanych działań u osoby dozorowanej, a druga faza odnosi się do poznania i wykorzystania potencjału osobowego. W trzeciej fazie kurator wspólnie z podopiecznym szukają możliwości rozwiązania sytuacji problemowych, a ostatnia czwarta

faza stanowi zakończenie całego procesu. Niemniej jednak podstawowy model i sposób pracy kuratora sądowego opiera się na kontroli dozorowanego i pociąganiu do odpowiedzialności za niewywiązywanie się z podjętych zobowiązań (S. Rębas, 2014, s. 134).

Zaletą pracy kuratora sądowego jest to, że swoje obowiązki względem dozorowanego wykonuje w jego naturalnym środowisku, w warunkach wolnościowych. Kurator jest osobą inicjującą i organizującą działania wychowawcze i resocjalizacyjne. Postawa i ogólne nastawienie kuratora do osób dozorowanych przekłada się na efektywność i skuteczność prowadzonych oddziaływań. Dlatego kurator powinien być osobą empatyczną, komunikatywną, obiektywną, otwarta na kontakty z innymi osobami, ale także stanowczą i konsekwentną (A. Węgliński, 2013, s. 344; S. Rębas, 2014, s. 130-131).

2.5.2. Praca socjalna i działania podejmowane przez pracowników socjalnych na rzecz readaptacji społecznej

Obok kurateli sądowej, udzielaniem pomocy w zakresie readaptacji społecznej byłym więźniom zajmują się także pracownicy socjalni, którzy swoje obowiązki i zadania wykonują zgodnie z Ustawą z dnia 12 marca 2004 roku o pomocy społecznej. Zgodnie z art. 2 „Pomoc społeczna jest instytucją polityki społecznej państwa, mającą na celu umożliwienie osobom i rodzinom przezwyciężanie trudnych sytuacji życiowych, których nie są one w stanie pokonać, wykorzystując własne uprawnienia, zasoby i możliwości", w tym również osobom mającym trudności w powrocie do życia i funkcjonowania w społeczeństwie po opuszczeniu placówki penitencjarnej (art. 7, pkt. 12).

W polskim systemie pomocy społecznej nie ma wyraźnego modelu pracy ze skazanymi. Pracownik socjalny swoje działania może podjąć dopiero po opuszczeniu przez skazanego placówki resocjalizacyjnej. Aby taka pomoc mogła być świadczona dana jednostka musi sama zgłosić się do pracownika socjalnego lub może zrobić to osoba trzecia, zainteresowana jej losem (K. Jamroży, 2018, s. 59). Nie ma jednego, wzorowego modelu postępowania pracowników socjalnych z byłymi osadzonymi, szczególnie podczas ich pobytu w zakładzie karnym. Pracownicy socjalni podejmują działania najczęściej już po opuszczeniu przez jednostkę placówki penitencjarnej. Mówimy wtedy o pomocy postpenitencjarnej, która najczęściej sprowadza się do pomocy związanej z załatwieniem spraw urzędowych (np. wyrobienie nowego dowodu osobistego), znalezieniem mieszkania, uzyskaniem zasiłku czy wsparcia finansowego (P. Stępniak, 2004, s. 50; D. Rondalska, 2015, s. 351-352;).

Zadania pracowników socjalnych (zgodnie z Ustawą o pomocy społecznej) skierowane są między innymi do osób opuszczających placówki penitencjarne. Jednak w rzeczywistości i w praktyce ich aktywność sprowadza się głównie do pomocy postpenitencjarnej. Podkreśla się, że możliwość „wejścia” pracowników socjalnych do zakładów karnych może być szansą dla osób skazanych na zdobycie nowej wiedzy i rozwijanie umiejętności niezbędnych do życia na wolności (J.D. Pol, 2011, s.141-142). Pracą socjalną i wsparciem powinny być objęte wszystkie osoby, które opuściły placówki penitencjarne, a nie tylko te, które sygnalizują problemy. Wsparcia należy udzielić w momencie osadzenia jednostki w zakładzie karnym (M. Lubińska-Bogacka, 2017, s. 91).

Praca socjalna z osobami osadzonymi i byłymi skazanymi może opierać się na dwóch modelach. Pierwszy model bazuje na zadaniu i zawiera w sobie kilka elementów takich jak: rozpoznanie problemów swojego klienta i wybranie 3 najistotniejszych dla niego, następnie określenie zadań, które mają pomóc w ich rozwiązaniu przy jednoczesnym uwzględnieniu czasu na ich realizację. Podejście to pozwala na stopniowe wychodzenie z sytuacji trudnych i zapewnieniu poczucia kontroli nad podejmowanymi działaniami. Drugi model pracy koncentruje się na rozwiązaniach, na ich poszukiwaniu w przypadku konkretnych problemów. Zakłada się, że klient ma zasoby i jest w stanie sam rozwiązać swoje problemy (A. Kacprzak, 2018, s. 25).

Głównym celem pracy socjalnej z osobami, które opuściły placówki penitencjarne jest integracja ze społeczeństwem oraz społecznością lokalną poprzez właściwe wykorzystanie zasobów osobistych i społecznych (A. Kacprzak, I. Kudlińska, 2014, s. 19; https://work.chron.com/jail-social-worker-21706.html (dostęp z dnia 16.08.2021r.).

Potrzeby osób przebywających w placówkach izolacyjnych różnią się w zależności m.in. od etapu odbywania kary pozbawienia wolności. Niemniej jednak działania prowadzone przez pracowników socjalnych powinny rozpoczynać się w momencie osadzenia jednostki w zakładzie karnym. Podczas pobytu w placówce penitencjarnej służby pomocowe powinny opiekę i wsparcie skierować nie tylko do osoby osadzonej, ale także do jej rodziny i najbliższych. Bardzo ważne jest minimalizowanie ryzyka całkowitego rozpadu więzi i kontaktów rodzinnych. Służby pomocowe powinny także inicjować i motywować do podejmowania dodatkowych aktywności np. nauka nowych umiejętności czy rozwijanie i podnoszenie kompetencji zawodowych. Prowadzone działania powinny zmierzać do przygotowania osadzonego do życia na wolności i samodzielnego oraz odpowiedzialnego funkcjonowania w nim (https://www.communitycare.co.uk/prisons-and-social-work/ (dostęp, z dnia16.08.2021r.); B. Dzięcioł, 2004, s. 371-373).

Praca socjalna z osobami opuszczającymi placówki penitencjarne może odnosić się do: przeprowadzania rozmów z osadzonymi, przygotowywania opinii, sprawowania nadzoru podczas warunkowego przedterminowego zwolnienia z zakładu karnego, wsparcia samego osadzonego jak również jego rodziny i najbliższych, przygotowania ich oraz społeczności lokalnej do ponownego przyjęcia osoby, która opuściła placówkę izolacyjną (A. Kacprzak, I. Kudlińska, 2014, s. 77; https://www.corrections.sa.gov.au/careers/Working-with-prisoners-and-offenders/social-workers (dostęp z dnia 16.08.2021r.).

Krzysztof Jamroży (2018, s. 64-65) podkreślając rolę i znaczenie pracy pracownika socjalnego w readaptacji społecznej osób osadzonych akcentuje wprowadzenie Modelu Pracy Socjalnej, rozumianego jako „zespół planistycznych i praktycznych działań mających na celu przygotowanie osadzonego i jego najbliższego otoczenia społecznego (np. rodziny, grupy koleżeńskiej, sąsiadów) na powrót jednostki odbywającej karę pozbawienia wolności do środowiska otwartego". Proponowany model odwołuje się do dwóch podstawowych założeń. Pierwszy aspekt dotyczył pracy z osobami osadzonymi podczas ich pobytu w zakładzie karnym. Zadania pracownika socjalnego mają na celu minimalizowanie negatywnych postaw społecznych oraz pomoc w rozwiązywaniu bieżących problemów i trudności. Działania powinny mieć charakter bezpośredni i być skierowane do osadzonych. Drugi aspekt odnosi się do bezpośredniej pracy z najbliższym środowiskiem, do którego wraca dana jednostka po opuszczeniu placówki penitencjarnej. Pośrednio działania te mają pomóc jej w readaptacji społecznej.

Na skuteczność i efektywność procesu readaptacji społecznej składa się kilka czynników. Jednym z nich jest pomoc osobom skazanym ze strony odpowiednich instytucji czy osób. W stosunku do byłych skazanych duże znaczenie odgrywa praca socjalna. Głównym zadaniem służb pomocowych w aspekcie pracy z byłymi skazanymi jest pomoc im w rozwiązywaniu codziennych trudności, ale także wzmacnianie i motywowanie do podejmowania kolejnych aktywności. W swojej pracy pracownicy służb pomocowych wykorzystują metody oparte na pracy indywidualnej, grupowej i współpracy ze środowiskiem lokalnym. Okazywane wsparcie ma charakter zarówno emocjonalny jak i materialny (rzeczowy). Im dłużej byli skazani będą otrzymywać pomoc i wsparcie tym większe prawdopodobieństwo wystąpienia zmian w ich postępowania (E. Pindel, 2009, s. 153-154; https://onlineprograms.ollusa.edu/resources/article/correctional-social-work-a-look-on-the-inside/ (dostęp z dnia 16.08.2021r.).

Działania prowadzone przez pracowników socjalnych na rzecz osób skazanych mają doprowadzić do ich zmiany (podobnie jak działania podejmowane przez personel więzienny),

ale opierają się one głównie na wspieraniu w rozwoju umiejętności społecznych (np. samodzielności, odpowiedzialności czy poszanowaniu praw innych), niezbędnych do funkcjonowania w społeczeństwie wolnościowym (A. Kacprzak, 2018, s. 21).

Piotr Stępniak (2004, s. 57), podkreśla, że działalność prowadzona przez pracowników socjalnych w zakresie przeciwdziałania przestępczości powinna wpisywać się w ogólny model minimalizacji i zapobiegania występowaniu patologii społecznej i wykluczeniu społecznemu. Autor podkreśla także potrzebę nie tylko z pracy z przypadkiem, ale także z grupą i całym społeczeństwem z najbliższego otoczenia byłego skazanego.

Praca socjalna z osadzonymi powinna opierać się na następujących zasadach: szacunku (niezależnie od popełnionego czynu, osobie skazanej należy okazać szacunek i traktować ją na równi, jako partnera), odrębności osobistej (każda osoba niezależnie od swojej sytuacji osobistej ma prawo do samostanowienia, pracownik socjalny nie może narzucać swojego zdania i własnych przekonań, powinien także uszanować uczucia i emocje drugiej osoby), autentyczności (szczerość jest podstawą zaufania, które jest jednym z elementów pracy socjalnej) oraz akceptacji (odnoszącej się do zrozumienia, braku oceniania i krytyki osoby) (A. Kacprzak, 2018, s. 23-24).

Obecnie obowiązujący system pracy z osobami opuszczającymi zakłady karne oparty jest na pomocy długo- i krótkofalowej. Do pomocy krótkofalowej zaliczamy współpracę z organizacjami pozarządowymi oraz wsparcie z Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej. W zakres pomocy długofalowej wchodzi: pomoc finansowa, działalność integracyjna (działalność klubów integracyjnych i klubów pracy, integracja społeczna, zawodowa), tworzenie i realizacja programów resocjalizacyjnych czy terapeutycznych np. dla sprawców przemocy (B. Kucharska, 2013, s. 252; A. Lewicka-Zelent, S. Stasiorowski, 2020, s. 49-50; A. Lewicka-Zelent, S. Stasiorowski, 2021, s. 210). Praca socjalna ze skazanym to przede wszystkim praca z człowiekiem. Powinna opierać się na zmianach w kształtowaniu postaw społecznych, rozwijaniu samodzielność i odpowiedzialności przy jednoczesnym minimalizowaniu postawy roszczeniowej (Ł. Kozera, 2009, s. 216).

Efektywna pomoc świadczona na rzecz skazanych przebiega pod nadzorem zespołów interdyscyplinarnych. Zespoły specjalistów powinny wykorzystywać różne metody i formy pracy ze środowiskiem, tak aby proces resocjalizacji przebiegał w sposób uporządkowany i zakończył się readaptacją społeczną jednostki w społeczeństwie (K. Jamroży, 2018, s. 63,72).

Współpraca specjalistów w zakresie udzielanej profesjonalnej pomocy i wsparcia jest niezwykle ważna dla osób opuszczających zakłady karne. Dużą rolę odgrywają tutaj zarówno personel więzienny jak również kuratorzy sądowi i pracownicy socjalni. W dużym stopniu od nich również zależy przebieg procesu readaptacji społecznej byłych skazanych.

Rozdział III Metodologiczne podstawy badań własnych

3.1. Założenia badawcze

Osoby przebywające w zakładach karnych poddawane są określonym oddziaływaniom korekcyjnym. Ich realizacja powinna przekładać się na efektywność rozumianą jako trwałe i pozytywne zmiany, które odczuwa zarówno jednostka, wobec której są one kierowane jak i społeczeństwo (Z. Bartkowicz, 2016, s.46). Sposób prowadzonych działań oraz uzyskane efekty warunkują proces readaptacji społecznej. Zdaniem R. Opory (2015, s. 71-75) readaptacja społeczna i jej efektywność zależy od samej jednostki (jej motywacji, chęci zmiany) oraz od społeczności lokalnej i instytucji pomocowych. Czynniki zewnętrzne i wewnętrzne powodujące trudności są przyczyną spadku motywacji, chęci zmiany, braku wiary we własne siły i możliwości, co w konsekwencji może prowadzić do ponownego naruszenia prawa. Podejmowane czynności, które mają pomóc w procesie readaptacji społecznej powinny uwzględniać zasoby osobiste jednostki i najbliższego środowiska. Sprzyja to nie tylko zapobieganiu powrotowi do przestępczości, ale również „promowaniu i wspieraniu aktywności wolnej od zachowań antyspołecznych. Wówczas stanie się działaniem podejmowanym przez samego sprawcę, a nie działaniem wobec sprawcy".

Działania readaptacyjne kierowane są osób przebywających w placówkach izolacyjnych. Za osobę skazaną uznaje się „osobę fizyczna, którą sąd w postępowaniu karnym, prawomocnym wyrokiem lub nakazem karnym, uznał winną popełnienia przestępstwa i wymierzył karę lub środek karny. Sprawca czynu karalnego posiada status skazanego od chwili uprawomocnienia się orzeczenia, przez całe postępowanie wykonawcze aż do zatarcia skazania" (źródło: https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/wymiar-sprawiedliwosci/wymiar sprawiedliwosci/osadzeni-w-zakladach-karnych-i-aresztach-sledczych,2,1.html, dostęp z dnia 14.11.2021r.).

Niewątpliwie dużą rolę w procesie readaptacji społecznej odgrywają instytucje pomocowe, a w szczególności kuratorzy sądowi i pracownicy socjalni. Ich działania powinny rozpoczynać się i być realizowane podczas pobytu danej osoby w placówce izolacyjnej, a kończyć na uzyskaniu przez nią pełnej samodzielności. Poza działaniami podejmowanymi przez instytucje pomocowe bardzo ważny jest okres przygotowania skazanych do opuszczenia zakładu karnego (Dz.U.2021.0.53, art. 164 k.k.w.). Okres 6-ciu miesięcy jesz szansą na przygotowanie się do życia w warunkach wolnościowych. Niemniej jednak przygotowanie to nie powinno odnosić się tylko do zapewnienia odpowiedniej odzieży,

obuwia czy pomocy finansowej. Szczególnie ważne są działania aktywizujące i angażujące do podejmowania nowych aktywności oraz motywujące do zmiany swojego postępowania.

Podejmując ten temat i realizując autorski program zamierzano ustalić efektywność prowadzonych działań w zakresie readaptacji społecznej więźniów, a więc przygotowania ich do życia po opuszczeniu zakładu karnego.

3.2. Przedmiot i cel badań

Przystępując do określenia założeń metodologicznych badań własnych w pierwszej kolejności określono przedmiot badań. Tadeusz Pilch (1995, s.101) przedmiotem badań określa „zadanie, które staje przed nami w momencie uświadomienia sobie konieczności przeprowadzenia badań empirycznych”. Z kolei Jan Sztumski (1995, s.7) wskazuje, że jest to „wszystko to, co składa się na tak zwaną rzeczywistość społeczną, a więc zbiorowości i zbiory społeczne, instytucje społeczne, procesy i zjawiska społeczne”

Przedmiotem badań uczyniono proces readaptacji społecznej osób skazanych w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego

W dalszej kolejności, przystępując do badań należy określić ich cel. Albert W. Maszke (2008, s. 28) cel badań definiuje jako „dostarczenie dającej się zweryfikować wiedzy umożliwiającej opisanie, zrozumienie i wyjaśnienie interesujących badacza zjawisk i procesów, jak i przewidywanie wynikających z nich następstw”. Natomiast Waldemar Dudkiewicz (1996, s. 31) podaje, że jest to „dążenie do wzbogacania wiedzy o osobach, rzeczach i zjawiskach, będących przedmiotem badań”.

Zasadniczym celem podjętych badań jest ocena efektywności programu readaptacji społecznej osób skazanych w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego.

Cel praktyczny związany jest z modyfikacją autorskiego programu, tak aby jego realizacja lepiej przygotowywała osoby skazane do życia po opuszczeniu zakładu karnego.

3.3. Problemy i hipotezy badawcze

Po określeniu celu i przedmiotu badań możliwe jest sformułowanie problemu badawczego (S. Palka, 2006, s. 11). Jak wskazuje M. Łobocki (2006, s. 21) jest to „umiejętność stawiania pytań, które w miarę precyzyjnie określa cel zamierzonych badań i jednocześnie ujawnia braki w dotychchczasowej wiedzy na interesujący nas temat".

Sformułowane cele implikują główny problem badawczy, który zawiera się w pytaniu: ***Jaka jest efektywność programu readaptacji społecznej osób skazanych w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego?***

Rozwiązanie tak postawionego głównego problemu badawczego wymagało sformułowania **pytań szczegółowych**, które zostały podzielone na dwie grupy:

I. Pytania szczegółowe dotyczące psychospołecznego funkcjonowania osób skazanych

1. W jaki sposób w sferze psychospołecznej funkcjonują osoby skazane znajdujące się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego w zakresie: poczucia odpowiedzialności, poczucia własnej skuteczności, radzenia sobie ze stresem oraz rozwiązywania konfliktów?
2. W jaki sposób skazani oceniają swój poziom umiejętności dotyczących życia codziennego i korzystania z różnorodnych form wsparcia?
3. Jak osoby skazane oceniają swój poziom umiejętności komunikacyjnych?

II. Pytania szczegółowe dotyczące psychospołecznego funkcjonowania osób skazanych uczestniczących w autorskim programie readaptacji społecznej

1. Jakie zmiany zaszły w zakresie psychospołecznego funkcjonowania osób skazanych znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego w zakresie: poczucia odpowiedzialności, poczucia własnej skuteczności, strategii radzenia sobie ze stresem, stylów rozwiązywania konfliktów pomiędzy pomiarem dokonanym przed i po realizacji autorskiego programu readaptacji społecznej?
2. Jakie zmiany zaszły w poziomie umiejętności dotyczących życia codziennego oraz korzystania z różnorodnych form wsparcia po zrealizowaniu autorskiego programu readaptacji społecznej?
3. Jakie zmiany zaszły w poziomie umiejętności komunikacyjnych między pomiarem dokonanym rozpoczęciem programu readaptacji społecznej i po jego zakończeniu.

4. W jakim stopniu zmienne uboczne: długość pobytu w zakładzie karnym, poziom wykształcenia, stan cywilny, system odbywania kary i typ zakładu karnego różnicują osoby skazane pod względem uzyskanych zmian w zakresie ich: poczucia odpowiedzialności, poczucia własnej skuteczności, strategii wykorzystywanych w sytuacjach stresowych, stylów rozwiazywania konfliktów, umiejętności komunikacyjnych oraz poziomu umiejętności dotyczących życia codziennego i korzystania z różnorodnych form wsparcia?
5. Jak uczestnicy programu readaptacji społecznej oceniają osobę prowadzącą warsztaty oraz swój udział w zajęciach?

Po określeniu celu badań, problemu głównego oraz pytań szczegółowych można przystąpić do sformułowania hipotez badawczych. Hipoteza to pewne założenie, co do wystąpienia lub nie określonego zjawiska, zachowania lub przedmiotu, rzeczy. Hipoteza powinna: wyjaśniać fakty, podlegać weryfikacji, powinna mieć istotne znaczenie dla określonej dziedziny naukowej, a także być w postaci zdania, które z dużym prawdopodobieństwem określa wystąpienie danego zjawiska lub zachowania (A. Podgórski, 2007, s. 126-128).

Do problemu głównego i pytań szczegółowych (2, 3, 4) wysunięto następujące hipotezy:

Hipoteza do głównego problemu badawczego:

Przypuszcza się, że autorski program jest efektywny, co oznacza, że przyczyni się do sprawniejszego funkcjonowania osób skazanych w sferze psychospołecznej

Pobyt w zakładzie karnym warunkuje sposób funkcjonowania jednostki po wyjściu na wolność. Złożoność problemów, z jakimi muszą radzić sobie byli skazani często spotyka się z niezrozumieniem ze strony najbliższego otoczenia. Programy realizowane w zakładach karnych są elementem rehabilitacji i mogą mieć charakter edukacyjny, profilaktyczny oraz odnosić się do szeroko rozumianej aktywizacji i promocji. D. H. Antonowicz i R. Ross podkreślają, że efektywne programy to programy wielowymiarowe, które są opracowywane dla konkretnej grupy skazanych, opierają się na modelowaniu, odgrywaniu ról, kształtowaniu umiejętności oraz opierają się na założeniach teoretycznych (M. Chmielewska, 2008, s. 136).

Odpowiednie przygotowanie skazanych do warunków wolnościowych jest jednym z warunków efektywności procesu readaptacji społecznej (Ł. Mrózek, 2014, s. 49-50). Realizowanie programów resocjalizacyjnych jest podstawą penitencjarystyki i humanizacji

skazanych. Pozwalają one rozwiązywać problemy i dylematy, z którymi skazani spotkają się po opuszczeniu zakładu karnego (M. Jůzl, 2013, s. 132). Głównym zadaniem realizowanych programów do wybranych grup skazanych jest jak najlepsze przygotowanie ich do życia na wolności (A. Witkowska-Paleń, 2015, s. 179).

Hipoteza do pytania drugiego:

Zakłada się, że uczestnicy programu po jego zakończeniu będą mieli większe umiejętności dotyczące życia codziennego (np. szukanie pracy), a także silniejsze poczucie odpowiedzialności i własnej skuteczności. Będą częściej korzystali z konstruktywnych strategii radzenia sobie ze stresem oraz stylów rozwiązywania konfliktów

W placówki resocjalizacyjnych prowadzi się szereg programów, których głównym celem jest udzielenie pomocy osobom skazanym. Programy z zakresu readaptacji społecznej są odpowiedzią na potrzeby osób skazanych. Do głównych problemów readaptacyjnych zalicza się utrudniony kontakt z rodziną lub jego brak, brak doświadczenia zawodowego, niskie wykształcenie i deficyty w zakresie umiejętności społecznych. Nawet odbywanie krótkoterminowej kary pozbawienia wolności destabilizuje życie rodzinne osób skazanych. Pobyt jednego członka rodziny w zakładzie karnym często jest przyczyną rozpadu rodziny. Dlatego tak ważne jest podtrzymywanie pozytywnych relacji z rodziną oraz doskonalenie umiejętności wychowawczych i pełnienia ról matki i ojca (A. Witkowska-Paleń, 2015, s.180).

A. Kieszkowska powołuje się na wypowiedzi byłych skazanych, którzy „zgodnie” twierdzą, że w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego brakuje im podstawowej wiedzy i umiejętności głównie w poszukiwaniu pracy, załatwianiu spraw w urzędach czy rozmów z wychowawcami. Byli skazani wskazują także na trudności komunikacyjne z najbliższymi. Problemy na, które napotykają po opuszczeniu zakładu karnego przyczyniają się do obniżenia poziomu poczucia ich skuteczności oraz obniżają samoocenę i wiarę we własne możliwości (A. Kieszkowska, 2009, s. 108-109), co utrudnia proces readaptacji społecznej.

Hipoteza do pytania trzeciego:

Zakłada się, że uczestnicy warsztatów po zakończonym udziale w autorskim programie będą wykazywać się bardziej rozwiniętymi umiejętnościami komunikacyjnymi.

Komunikacja i komunikowanie się to nieodłączne elementy życia każdego człowieka. Komunikację można rozumieć jako „środek wymiany informacji (…) przy pomocy celowo nadawanych komunikatów (znaków)” i ich odbieraniu. To także nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów i relacji społecznych (E. Kulczycki, 2012, s.21, 27). Poprawne nadawanie i odbieranie komunikatów ułatwia funkcjonowanie w społeczeństwie (S. Czarniecki, 2016, s.2). Umiejętności komunikacyjne nie oznaczają tylko zdolności posługiwania się gramatyką czy słownictwem, ale przede wszystkim odnoszą się do relacji interpersonalnych (B. Drabik-Frączek, A. Załzińska, 2014, s. 36). Osoby przebywające z zakładach karnych, będące w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego wskazują na występowanie u nich trudności komunikacyjnych, szczególnie w sytuacjach związanych z wykonywaniem obowiązków zawodowych i kontaktów z najbliższymi (A. Kieszkowska, 2009, s. 108-109). Rozwój kompetencji społecznych w tym związanych z komunikacja przyczynia się do prawidłowego rozwoju jednostki, co przekłada się na jej poziom przystosowania społecznego. W przypadku osób niedostosowanych społecznie rozwijanie umiejętności komunikacyjnych zapobiega powstawaniu konfliktów oraz pozytywnie rozwija relacje interpersonalne. (H. Kupiec, 2012, s. 384, 386-387). Komunikacja pozwala także na realizację własnych potrzeb, dlatego także ważne jest podnoszenie i rozwijanie tych umiejętności, szczególnie w przypadku osób przebywających w izolacji penitencjarnej, ponieważ są one jednym elementów pozytywnego zakończenia procesu readaptacji społecznej.

Hipoteza do pytania czwartego:

Zakłada się, że im dłuższy pobyt w zakładzie karnym, niskie wykształcenie, brak wsparcia ze strony osób najbliższych (współmałżonka, partnerki), odbywanie kary w zakładzie karnym typu zamkniętego oraz w systemie zwykłym, tym trudniej będzie uzyskać pozytywną zmianę w zakresie psychospołecznego funkcjonowania osób skazanych. Oznacza to, że u tych osób zmiany w zakresie psychospołecznego funkcjonowania będą mniejsze po zakończeniu autorskiego programu.

Osoby skazane podlegają zjawisku prizonizacji – przystosowują się do sposobu funkcjonowania w izolacji. Proces ten prowadzi do powstania zmian, które pozwalają na prawidłowe funkcjonowanie w zakładzie karnym. Skutkiem prizonizacji jest utożsamienie życia w warunkach izolacji z życiem codziennym i funkcjonowaniem w warunkach

wolnościowych. Potęguje to wystąpienie nowych negatywnych mechanizmów adaptacyjnych i niechęć skazanych do zmian (W. Kędzierski, 2018, s. 61). Ponadto, pobyt w zakładzie karnym jest źródłem frustracji. Niezaspokojenie podstawowych potrzeb człowieka (biologicznych, fizycznych i psychicznych) przyczynia się do powstania zjawiska deprywacji. J. Sikora wskazuje na pojawienie się u osób skazanych tzw. „mechanizmu hamowania procesu przeżywania sytuacji trudnej", który charakteryzuje się unikaniem kwestii związanych w życiem na wolności oraz rozwojem postaw obojętnych względem życia po opuszczeniu zakładu karnego (B. Toroń-Fórmanek, 2016, s. 93). Pobyt w placówce izolacyjnej przyczynia się również do pogłębienia poziomu demoralizacji skazanego, który jest wyznacznikiem internalizacji norm społecznych. „Stopień demoralizacji zależy od dotychczasowych doświadczeń biograficznych, w tym kariery przestępczej, które wyznaczają stopień osadzenia w świecie przestępczym (…). O stopniu demoralizacji przestępcy odbywającego karę pozbawienia wolności można wnioskować na podstawie: rodzaju zakładu karnego, w którym realizowana jest kara, wskazuje on bowiem na historię przestępczości; udziału w podkulturze przestępczej, co wskazuje na posiadany system normatywny; a także charakteru popełnionych przestępstw. Najbardziej zdemoralizowani wśród więźniów są recydywiści penitencjarni identyfikujący się z podkulturą przestępczą, którzy popełnili przestępstwa o charakterze agresywnym" (J. Florczykiewicz, 2015, s. 69). Zdaniem A. Bałandynowicza proces resocjalizacji może przebiegać w środowisku otwartym. Podkreśla on skuteczność środków probacyjnych, które opierają się na zasadach humanitaryzmu (J. Żeromska-Charlińska, 2010, s. 147). Długoterminowe kary pozbawienia wolności, odbywanie kary w systemie zwykłym oraz przebywanie w zakładzie karnym typu zamkniętego niewątpliwie potęgują negatywne zmiany zachodzące w jednostce.

3.4.Zmienne i wskaźniki

Realizując proces badawczy w dalszej kolejności należy określić zmienne. M. Łobocki (2007, s. 137) wskazuje, że „zmienne w badaniach naukowych są próbą uszczegółowienia głównego ich przedmiotu, czyli problemów badawczych, jakie zamierza się rozwiązać i hipotez roboczych, jakie pragnie się potwierdzić lub odrzucić". Z kolei Ablert W. Maszke (2008, s.114) określa je jako „próbę uszczegółowienia przedmiotu badań oraz problemów, na które badacz zamierza udzielić odpowiedzi".

W procesie badawczym przyjęto następujące zmienne: zależne, zmienną niezależną główną, uboczne i zakłócającą.

Zmienna zależna: psychospołeczne funkcjonowanie skazanych: poczucie odpowiedzialności, poczucie własnej skuteczności, strategie radzenia sobie ze stresem, style rozwiązywania konfliktów, umiejętności dotyczące życia codziennego (np. szukanie pracy, obsługa biletomatu, parkometru, bankomatu/ wpłatomatu, paczkomatu.) oraz umiejętności komunikacyjne.

Zmienna niezależna główna – uczestniczenie przez osoby skazane w warsztacie prowadzonym w ramach autorskiego programu readaptacji społecznej.

Zmienne niezależne uboczne: długość pobytu w zakładzie karnym, poziom wykształcenia, stan cywilny, system odbywania kary pozbawienia wolności, typ zakładu karnego.

Zmienna niezależna zakłócająca: osoba prowadząca warsztaty.

Do przyjętych zmiennych określono wskaźniki i narzędzia badawcze. Szczegółowa ich charakterystyka zawarta jest w tabeli nr 2.

Tabela 2. Zmienne i wskaźniki

Zmienne	Wskaźnik	Narzędzie
Zmienne zależne		
Poczucie odpowiedzialności	Nasilenie poczucia odpowiedzialności w zakresie: • odpowiedzialności pozytywnej; • odpowiedzialności negatywnej;	Skala poczucia odpowiedzialności R. Derbisa
Poczucie własnej skuteczności	Nasilenie umiejętności radzenia sobie z sytuacjami trudnymi i przeszkodami	GSES – Skala Uogólnionej Własnej Skuteczności R. Schwarzer, M. Jerusalem, Z. Juczyński
Strategie radzenia sobie ze stresem	Nasilenie następujących strategii radzenia sobie ze stresem w zakresie : • aktywnego radzenia sobie; • planowania; • poszukiwania wsparcia instrumentalnego; Nasilenie umiejętności radzenia sobie w zakresie: • poszukiwania wsparcia emocjonalnego, • zwrotu ku religii; • zaprzeczania;	Mini Cope Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem w adaptacji Z. Juczyńskiego, N. Ogińska-Bulik
Style rozwiązywania konfliktów	Nasilenie stylów rozwiazywania konfliktów w zakresie: • unikania; • ustępliwości; • kompromisu; • rywalizacji; • kooperacji;	Kwestionariusz Thomasa Kilmanna

Umiejętności komunikacyjne i praktyczne dotyczące życia codziennego	Nasilenie umiejętności w zakresie: • komunikacji z innymi osobami; • działań praktycznych związanych z życiem codziennym (np. szukanie pracy, obsługa biletomatu, parkomatu, wpłatomatu itp.)	Kwestionariusz własnego autorstwa dotyczący umiejętności komunikacyjnych i praktycznych życia codziennego

Źródło: opracowanie własne

W badaniach wykorzystano również autorski „Kwestionariusz informacji zwrotnych", w którym uczestnicy programu ocenili sposób prowadzenia zajęć, poruszane zagadnienia oraz kompetencje osoby prowadzącej (zmienna zakłócająca).

Zmienne niezależne uboczne:

- **długość pobytu w zakładzie karnym-** w literaturze przedmiotu nie ma dokładnego określenia terminu długoterminowa i krótkoterminowa kara pozbawienia wolności. Zgodnie z art. 58 kk jeżeli przestępstwo jest zagrożone karą pozbawienia wolności nieprzekraczającą 5 lat, sąd może orzec zamiast kary pozbawienia wolności grzywnę albo karę ograniczenia wolności do lat 2, zwłaszcza jeśli orzeka równocześnie środek karny. Art. 59 § 1 k.k. mówi o tym, że jeżeli przestępstwo jest zagrożone karą pozbawienia wolności nieprzekraczającą 3 lat albo karą łagodniejszego rodzaju i społeczna szkodliwość czynu nie jest znaczna, sąd może odstąpić od wymierzenia kary, jeżeli orzeka równocześnie środek karny, a cele kary zostaną przez ten środek spełnione. Osoby zajmujące się problematyką prawa karnego wykonawczego jako dolną granicę kary długoterminowej wyznaczają karę powyżej 3 lat pozbawienia wolności, 5 lat i więcej oraz karę przekraczającą 10 lat pozbawienia wolności (K. Mrozek, 2011, s. 235-236). Do badań własnych przyjęto, że długość pobytu w zakładzie karnym powyżej 5 lat pozbawienia wolności ze względu na występowanie zjawiska prizonizacji oraz przystosowanie się jednostki do warunków zakładu zamkniętego utrudnia proces readaptacji społecznej i uzyskanie pozytywnych zmian w zakresie psychospołecznego funkcjonowania.

- **typ zakładu karnego**

  a) zakład karny typu zamkniętego (1), który przeznaczony jest dla skazanych szczególnie niebezpiecznych, skazanych na karę dożywotniego pozbawienia wolności lub na karę 25 lat pozbawienia wolności, a także z niepsychotycznymi zaburzeniami

psychicznymi. Organizacja tego typu zakładu charakteryzuje się większą izolacją i systemem zabezpieczeń;

b) zakład karny typu półotwartego (2), w którym karę odbywają osobno kobiety i mężczyźni. Kierowane są tu osoby skazane za przestępstwa nieumyślne, odbywające zastępczą karę pozbawienia wolności czy karę aresztu, jak również osoby przeniesione za dobre sprawowanie z zakładu typu zamkniętego i zakładu typu otwartego, za niewłaściwe postępowanie;

c) zakład karny typu otwartego (3), który przeznaczony jest dla skazanych na karę aresztu, za przestępstwa nieumyślne, przeniesionych z zakładu typu półotwartego i zamkniętego (w ramach nagrody), a także odbywających karę aresztu wojskowego. W tym typie zakładu osoby osadzone mają najwięcej przywilejów (J. Gruźlewska, 2017, s. 105-106).

- **system odbywania kary**

  a) terapeutyczny (t) – przeznaczony dla osadzonych z niepsychotycznymi zaburzeniami psychicznymi, skazanymi za przestępstwa w związku z zaburzeniami preferencji seksualnych, niepełnosprawnością intelektualną, a także uzależniem od substancji psychoaktywnych. Prowadzone działania ukierunkowane są na diagnozę i właściwe leczenie czy rehabilitację (S. Malinowska, 2018, s. 12-13);

  b) zwykły (z) – w tym systemie karę pozbawienia wolności odbywają osadzeni niezakwalifikowani do systemu terapeutycznego lub programowanego oddziaływania oraz przeniesieni z nich z powodu nie przestrzegania określonych, indywidualnych ustaleń, a także ci osadzeni, którzy spełnili określone warunki (np. zakończyli terapię);

  c) programowanego oddziaływania (p) – kierowani są do niego młodociani oraz inni skazani, którzy wyrazili zgodę na udział i współtworzenie systemu programowanego oddziaływania (program kładzie nacisk na kontynuację nauki, podtrzymywanie kontaktów z najbliższymi czy aktywne spędzanie czasu wolnego, co w konsekwencji ma przełożyć się na efektywność i skuteczność procesu resocjalizacji) (J. Gruźlewska, 2017, s. 108-109).

- **stan cywilny**

  a) samotny;

  b) żonaty;

  c) rozwiedziony;

  d) wdowiec;

e) konkubinat;

- **poziom wykształcenia:**

  a) podstawowe;

  b) gimnazjalne;

  c) średnie;

  d) zawodowe;

  e) wyższe.

3.5. Metody, techniki i narzędzia badawcze

Metody i techniki badań to sposoby, jakie badacz wykorzystuje w prowadzonych badaniach, celem uzyskania odpowiedzi na postawione problemy badawcze (M. Łobocki, 2003, s. 27). Stefan Nowak (2007, s.19). poprzez metodę badań rozumie „określony, powtarzalny i wyuczalny sposób lub wzór – schemat postępowania, świadomie skierowany na realizację pewnego celu poprzez dobór środków odpowiednich do tego celu". Z kolei Aleksander Kamiński (1974, s.65) wskazuje, że metody badań to „zespół teoretycznie uzasadnionych zabiegów koncepcyjnych i instrumentalnych obejmujących najogólniej całość postępowania badacza, zmierzającego do rozwiązania kreślonego problemu naukowego".

W celu uzyskania odpowiedzi na postawione problemy badawcze – obok wskazanych metod należy wyróżnić także techniki badawcze, które oznaczają „czynności praktyczne, regulowane starannie wypracowanymi dyrektywami, pozwalającymi na uzyskanie optymalnie sprawdzonych informacji, opinii i faktów" (T. Pilch, 1995, s. 42).

W pracy zastosowano metodę quasi eksperymentu pedagogicznego polegającą na wprowadzeniu określonego czynnika (autorski program readaptacji społecznej – **załącznik nr 1**) do wybranej grupy (osoby przebywające w zakładzie karnym) w celu uzyskania określonych zmian lub sprawdzenia (zaobserwowania) czy wprowadzony przez badacza czynnik wywołuje zmiany (T. Pilch, 1995, s. 44).

Do realizacji założonych celów w procesie badawczym zostały wykorzystane następujące narzędzia badawcze:

1. **Skala poczucia odpowiedzialności R. Derbisa -** autor wyróżnił odpowiedzialność pozytywną i negatywną. „Odpowiedzialność pozytywna jest wyrazem dbałości o nieprzekraczanie praw natury i kultury i tym samym niedopuszczanie do ich łamania, co

wiąże się ze zdobywaniem szerokiej wiedzy o rzeczywistości (…). Odpowiedzialność negatywna rozumiana jest jako gotowość do ponoszenia konsekwencji za ignorowanie praw natury i kultury oraz gotowość do rekompensowania strat osobom poszkodowanym" (D. Czyżowska, A. Oleszkowicz, 2010, s. 51). „Skala ma następujące parametry: M = 16.81; SD = 3.86, sk. = –1,33. Ujemna skośność wskazuje na dużą liczbę osób odpowiedzialnych ponad średnią wartość rozkładu. Pozostałe parametry mają wartość: kowariancja inter-item =0.02; korelacja inter-item = 0.13; wariancja itemów = 0.17; alpha = 0.756, alpha standaryzowana = 0.78" (R. Derbis, 1999, s315).

2. **GSES - Skala Uogólnionej Własnej Skuteczności** R. Schwarzer, M. Jerusalem, Z. Juczyński (GSES). Narzędzie składa się z 10 stwierdzeń wchodzących w skład jednego czynnika. Mierzy siłę ogólnego przekonania jednostki o skuteczności radzenia sobie z trudnymi sytuacjami i przeszkodami. Zgodność wewnętrzną skali GSES oszacowano na podstawie badania 174 osób w wieku 20-55 lat. Współczynnik alfa Cronbacha wyniósł 0,85. Rzetelność skali oceniana metodą test-retest (po pięciu tygodniach) wyniosła 0,78. Skala jest przeznaczona do badania zdrowych i chorych osób dorosłych „Na każde pytanie możliwe są do wyboru 4 odpowiedzi, od „NIE" - oceniane 1 punktem, do „TAK" - oceniane 4 punktami. Suma wszystkich ocen daje ogólny wskaźnik poczucia własnej skuteczności. Im wyższa ocena, tym większe poczucie własnej skuteczności". Skala Uogólnionej Własnej Skuteczności: tymczasowe normy polskie (źródło: www.practest.com.pl/gses-skala-uogolnionej-wlasnej-skutecznosci, data dostępu: 13.02.2019).

3. **Mini Cope Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem** w adaptacji Z. Juczyńskiego i N. Ogińskiej-Bulik. Jest to narzędzie oparte na samopisie, składające się z podstawowej wersji z 60 stwierdzeń, na które badany odpowiada na 4-stopniowej skali. Mini Cope to wersja skrócona składająca się z 28 twierdzeń. Pozwala na ocenę 14 strategii reagowania w sytuacjach stresowych. Strategie te to: Aktywne Radzenie Sobie, Planowanie, Poszukiwanie Wsparcia Instrumentalnego, Poszukiwanie Wsparcia Emocjonalnego, Unikanie Konkurencyjnych Działań, Zwrot ku Religii, Pozytywne Przewartościowanie i Rozwój, Powstrzymywanie się Od Działania, Akceptacja, Koncentracja na Emocjach i ich Wyładowanie, Zaprzeczanie, Odwracanie Uwagi, Zaprzestanie Działań, Zażywanie Alkoholu lub Innych Środków Psychoaktywnych, Poczucie Humoru. Skróconą wersją COPE jest Mini-COPE. Współczynniki alfa Cronbacha dla poszczególnych skal wynoszą od 0,48 do 0,94. Korelacja wszystkich

pytań z ogólnym wynikiem skali jest zadowalająca. Kwestionariusz służy do oceny sposobów radzenia sobie ze stresem. Przeznaczony jest głównie do celów badawczych; może też znaleźć zastosowanie w praktyce, w badaniach przesiewowych, profilaktycznych, w ocenie efektywności odziaływań terapeutycznych (źródło: https://www.practest.com.pl/cope-wielowymiarowy-inwentarz-do-pomiaru-radzenia-sobie-ze-stresem, data dostępu: 19.02.2019).

4. **Kwestionariusz Thomasa Kilmanna** opisuje style rozwiązywania konfliktów. Model stylów rozwiązywania konfliktów w ujęciu Thomasa – Kilmanna obrazuje pięć podstawowych strategii relacyjnych. Zestaw składa się z 30 pytań ułożonych w pary, z których należy wybrać jedną odpowiedź, która najlepiej opisuje postawę w sytuacji konfliktowej. Celem testu Thomasa-Kilmana jest zbadanie postaw ludzi w wyżej wymienionych sytuacjach. Wyznacznikiem są dwie podstawowe cechy takie jak asertywność i kooperacyjność" (P. J. Dąbrowski, 1990). „Reakcje ludzi w sytuacjach konfliktowych wyznaczają dwie podstawowe cechy – asertywność i kooperacyjność. Dokonując oceny kwestionariusza zlicza się liczbę odpowiedzi powiązanych z każdą cechą a następnie dokonuje się analizy ich intensywności. Maksymalna liczba punktów, jaka może uzyskać respondent dla każdej cechy wynosi 12.

   (źródło: https://docplayer.pl/26864996-Zalacznik-2-kwestionariusz-thomasa-kilmanna-1.html, data dostępu: 19.02.2019).
5. **Kwestionariusz umiejętności komunikacyjnych i wiedzy ogólnej autorstwa własnego – załącznik nr 2.** Narzędzie składa się z trzech części. Pierwsza to metryczka. Druga część pozwala określić na pięciostopniowej skali stopień umiejętności komunikacyjnych. Ostatnia część dotyczy umiejętności praktycznych skazanych w zakresie przygotowania CV, szukania pracy, radzenia sobie w sytuacjach stresowych czy poczucia własnej skuteczności. Pytania w tej części kwestionariusza odnoszą się także do osób i miejsc, w których jednostka może otrzymać pomoc i wsparcie.
6. **Kwestionariusz informacji zwrotnych własnego autorstwa – załącznik nr 3**. Osoby badane dokonują oceny podanych twierdzeń (na pięciostopniowej skali) dotyczących zdobycia nowej wiedzy, umiejętności, zainteresowania omawianymi tematami oraz osoby prowadzącej zajęcia pod kątem wiedzy merytorycznej, sposobu prowadzenia zajęć oraz nastawienia do uczestników.

3.6. Procedura badawcza

W celu weryfikacji założonych celów i hipotez zastosowano procedurę quasi-eksperymentu pedagogicznego. Model quasi eksperymentalny zakłada:

- „manipulację co najmniej jedną zmienną niezależną – główną;
- kontrolowanie pozostałych zmiennych, ubocznych i zakłócających uznanych przez badacza za istotne dla zmiennej zależnej;
- dokonywanie pomiaru zmienności zmiennej (zmiennych) zależnej, spowodowanej zamierzonym przez badacza oddziaływaniem na nią (na nie) zmiennej (zmiennych) niezależnej – głównej (J. Brzeziński, 2004, s.286).

Schemat planu quasi-eksperymentalnego

W badaniu własnym wykorzystano plan z dwiema grupami: eksperymentalną kontrolną z pomiarem początkowym i końcowym. Badanie przebiegało w trzech etapach: I etap - przeprowadzenie pretestu Y w grupie eksperymentalnej oraz w grupie kontrolnej; II etap -wprowadzenie do grupy eksperymentalnej zmiennej ~**X** (autorski program readaptacji społecznej) oraz pozostawienie w warunkach nie zmienionych grupy kontrolnej. III etap to przeprowadzenie posttestu Y w grupie eksperymentalnej i kontrolnej **(**J. Brzeziński, 2004, s. 325).

Y_{1p}	~ X	Y_{1k}	Grupa 1
Y_{2p}	X	Y_{2k}	Grupa 2

Grupa 1 – grupa eksperymentalna;

Grupa 2 – grupa kontrolna

~X – zmienna niezależna główna (udział w programie readaptacji społecznej);

Y_p – pomiar początkowy zmiennej Y (zależnej), pretest;

Y_k - pomiar końcowy zmiennej Y (zależnej), posttest; (J. Brzeziński, 2004, s. 325).

Wykorzystanie schematu quasi-eksperymentalnego nie pozwala na losowy dobór próby (osób) do badania oraz na formułowanie wniosków przyczynowo-skutkowych, ale pozwala na zbadanie różnic występujących pomiędzy badanymi grupami (S. Bedyńska, M. Cypriańska, 2013, s. 32).

3.7. Organizacja i teren badań

Badania podjęto po uzyskaniu akceptacji Okręgowego Inspektoratu Służby Więziennej w Lublinie oraz Okręgowego Inspektoratu Służby Więziennej w Białymstoku. Procedurę przeprowadzono w dwóch etapach. W pierwszym etapie przebadano 220 skazanych mężczyzn, znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego (zgodnie z art. 164 k.k.w.). Badaniami objęto osadzonych w Zakładzie Karnym we Włodawie, Zakładzie Karnym w Opolu Lubelskim, Areszcie Śledczym w Suwałkach i Zakładzie Karnym w Białymstoku.

Pierwszym zakładem, w którym zostały przeprowadzone badania był zakład karny we Włodawie. Jest to zakład typu półotwartego oraz zamkniętego dla recydywistów penitencjarnych, przeznaczony dla 507 osadzonych mężczyzn. W jednostce funkcjonuje Centrum Kształcenia Ustawicznego, a od roku 2020/2021 szkoła podstawowa (źródło: https://www.sw.gov.pl/strona/opis-zaklad-karny-we-wlodawie, dostęp z dnia 12.10.2021r.). Drugim zakładem z terenu województwa lubelskiego był zakład karny w Opolu Lubelskim, który funkcjonuje od 2009 roku. Jest to jednostka typu zamkniętego przeznaczona dla mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności po raz pierwszy i młodocianych. Jest ona z odziałem dla osób tymczasowo aresztowanych i oddziałem typu półotwartego dla mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności po raz pierwszy, a także oddziałem terapeutycznym. Jednostka przeznaczona dla 672 osadzonych (źródło*:* https://www.sw.gov.pl/strona/opis-zaklad-karny-w-opolu-lubelskim, dostęp z dnia 12.10.2021r.*).*

Na terenie województwa podlaskiego badania zrealizowano w Areszcie Śledczym w Suwałkach, który posiada także oddziały typu: półotwartego dla skazanych odbywających karę po raz pierwszy i recydywistów penitencjarnych; zamkniętego dla odbywających karę po raz pierwszy i dla młodocianych. Jest w nim również oddział terapeutyczny (źródło: https://www.sw.gov.pl/strona/opis-areszt-sledczy-w-suwalkach, dostęp z dnia 12.10.2021r.). Ostatnią jednostką penitencjarną, w której zrealizowano badania był Zakład Karny w Białymstoku. Jest to zakład typu półotwartego dla mężczyzn, recydywistów. Jednostka przeznaczona jest dla 296 osadzonych (źródło: https://www.sw.gov.pl/strona/opis-zaklad-karny-bialystok, dostęp z dnia 12.10.2021r.).

Badania zasadnicze zostały przeprowadzone w dwóch grupach: w grupie eksperymentalnej i kontrolnej, a pomiary dokonano przed rozpoczęciem prowadzonego

programu i po jego zakończeniu. Przeprowadzono 20 godzin zajęć w każdej grupie eksperymentalnej.

Osobami badanymi byli skazani mężczyźni w jednostkach penitencjarnych z Okręgowego Inspektoratu Służby Więziennej w Lublinie. Były to osoby, które za 6 miesięcy powinny opuścić zakład karny zgodnie z artykułem 164 k.k.w. Warsztaty zostały przeprowadzone według autorskiego programu zajęć w 4 grupach skazanych. Każda grupa liczyła 12 uczestników.

3.8. Zastosowane analizy statystyczne

Przeprowadzone analizy statystyczne zostały podporządkowane głównemu celowi badań oraz sformułowanym problemom badawczym. W skład analizy opisowej weszły prezentacje graficzne i liczbowe otrzymanych wyników, przy czym w opisie charakterystyk jakościowych zastosowano zestawienia tabelaryczne przedstawiające rozkłady zmiennych bezwzględne i względne. W przypadku zmiennych o charakterze ciągłym użyto statystyk opisujących parametry położenia, takie jak: minimum, maksimum, mediana, średnia oraz kwartyle Q1 i Q3, a do oceny zmienności odchylenie standardowe. W celu zilustrowania rozkładów empirycznych wykreślono również gęstości jądrowe.

Do porównania rozkładów zmiennych ubocznych pomiędzy grupami: eksperymentalną i kontrolną użyto różnych testów w zależności od charakteru badanej cechy. Dla cech jakościowych zastosowano test χ^2 wraz z estymatorem wielkości analizowanego efektu w postaci współczynnika V Cramera (M. Cramér 2016; M.S. Ben-Shachar, D. Lüdecke, R.D. Makowski 2020). Natomiast dla cech o charakterze ciągłym zastosowano test t-Studenta dla prób zależnych i test t-Studenta dla prób niezależnych o niejednorodnych wariancjach (N.A. Ahad, S.S.S. Yahaya 2014). (L. V. Hedges, I. Olkin 2014).

Istotności efektu przeprowadzonego działania w grupie eksperymentalnej dokonano na podstawie quasi-eksperymentu, ponieważ dobór losowy osób do w pełni zrandomizowanego układu był nie możliwy ze względu na charakter badanych grup. Wielkość efektu oraz jego istotność oszacowano wykorzystując model liniowy z interakcją efektów pomiaru (pretest/postest) i grupy (kontrolna/eksperymentalna) (K. Imai, S. Kim 2019; A. Goodman-Bacon 2018). W modelu znalazły się również zmienne uboczne, które pozwalały zmniejszyć błąd selekcyjny wynikający z przyjętego planu eksperymentalnego.

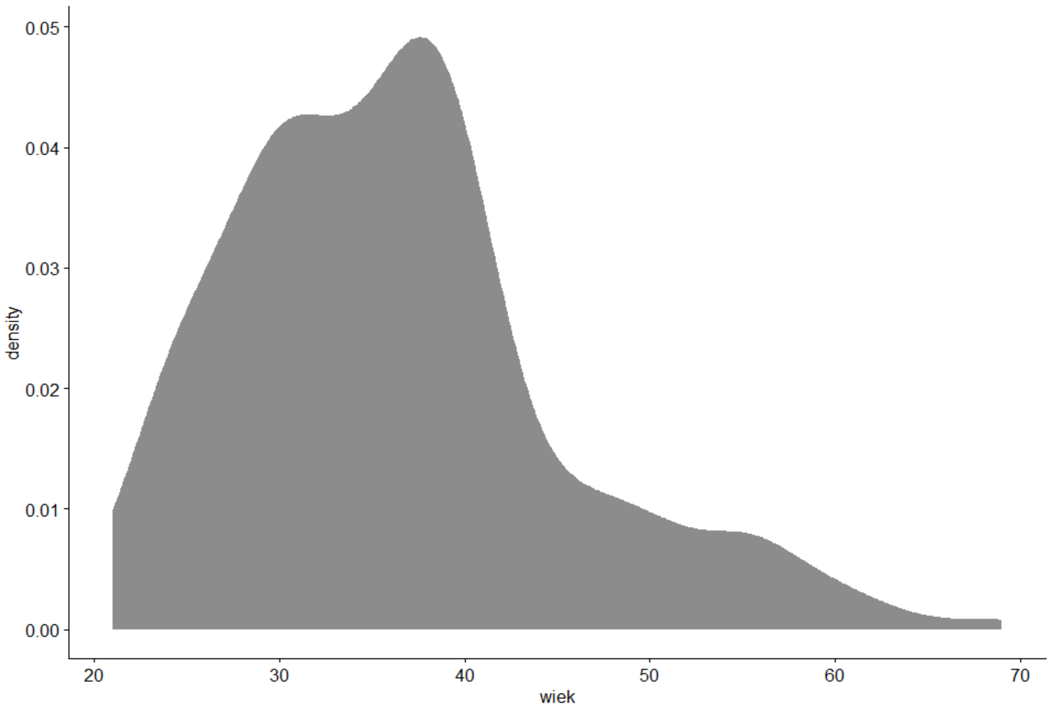
3.9. Charakterystyka badanych grup

Badania zostały przeprowadzane w czterech zakładach karnych znajdujących się na terenie województwa lubelskiego oraz podlaskiego. Przebadano 220 mężczyzn, którzy odbywają karę pozbawienia wolności i znajdują się w okresie przygotowania do zwolnienia z zakładu karnego. Natomiast badania właściwe zostały przeprowadzone podczas realizacji autorskiego programu readaptacji społecznej w grupie ekspetymentalnej i kontrolnej w zakładzie karnym w Opolu Lubelskim i we Włodawie.

3.9.1. Charakterystyka badanych osób pozbawionych wolności (n=220)

Poniżej zaprezentowano wyniki uzyskane w grupie 220 mężczyzn znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego z uwzględnieniem takich zmiennych jak: wiek, miejsce zamieszkania, wykształcenie, stan cywilny, długość odbywania kary, system odbywania kary, typ zakładu karnego. Istotne było również posiadania potomstwa oraz wskazania miejsca, do którego osadzeni pragną powrócić po opuszczeniu zakładu karnego.

Szczegółowe dane dotyczące analizowanych zmiennych zamieszczono prezentują poniższe wykresy



Rysunek 1.Wiek badanych osób

Źródło: opracowanie własne.

Rozkład wieku charakteryzuje się prawostronną asymetrią. Średnia wieku wynosi 36 lat. Najmłodszy osadzony w momencie badania miał 21 lat, a najstarszy 69 lat (Sd=9,065).

Tabela 3. Miejsce zamieszkania badanych

Miejsce zamieszkania	**N**	**%**
miasto	172	78,2
wieś	48	21,8
Ogółem	220	100

Źródło: opracowanie własne.

Analiza zmiennej środowisko zamieszkania badanych mężczyzn wskazuje, że większość osadzonych mężczyzn biorących udział w badaniu mieszkała w mieście, poza zakładem karnym (78%), co odpowiada przekrojowi demograficznemu występującemu w kraju, gdzie mieszkańcy miast dominują nad mieszkańcami wsi. Obszary wiejskie zamieszkiwało 22% badanych.

Tabela 4. Wykształcenie badanych mężczyzn

Wykształcenie	**N**	**%**
podstawowe	53	24,1
gimnazjalne	50	22,7
średnie	51	23,2
zawodowe	61	27,7

wyższe	5	2,3
Ogółem	220	100

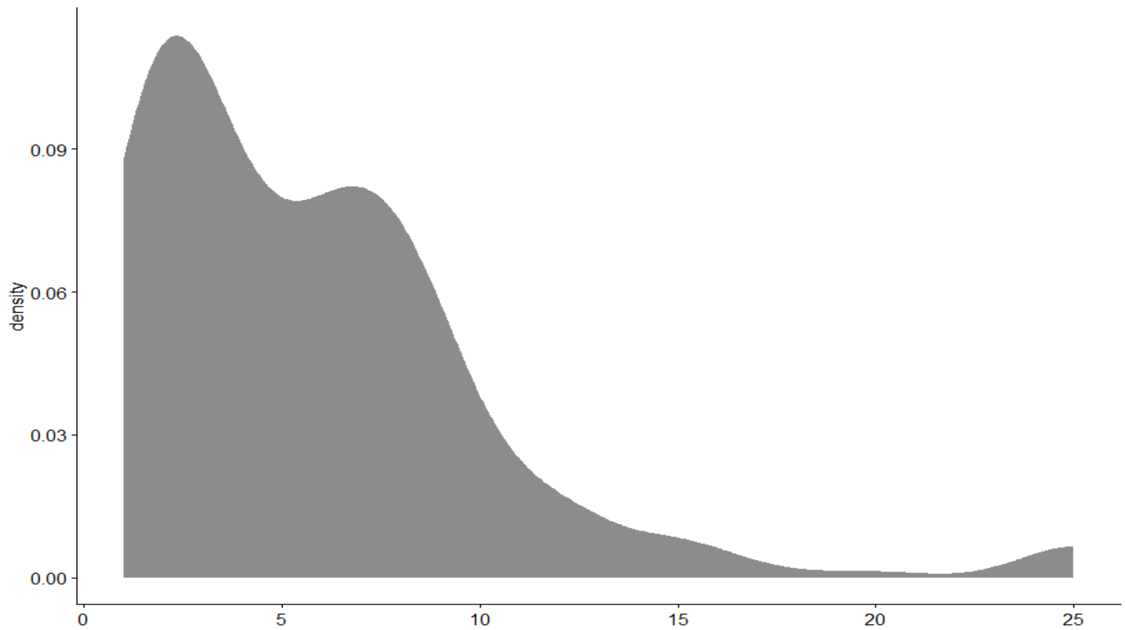
Źródło: opracowanie własne.

Osoby badane charakteryzowały się zróżnicowanym wykształceniem. Najwięcej osadzonych mężczyzn miało wykształcenie zawodowe (27%), stosunkowo liczna była również grupa z wykształceniem średnim oraz gimnazjalnym, obie grupy po 23%. Wykształceniem podstawowym legitymowało się natomiast 24% osób skazanych, Najmniej licznie reprezentowane były osoby posiadające wykształcenie wyższe, co odpowiadało 2% badanych.

Tabela 5. Długość odbywania kary przez badanych mężczyzn

	N	Me	Q1	Q3	M	Sd
Obecna długość kary	220	5	2	8	5,732	4,679

Źródło: opracowanie własne.



Rysunek 2. Długość odbywania kary przez badanych mężczyzn

Źródło: opracowanie własne.

Rozkład długości odbywanej kary pozbawienia wolności charakteryzuje się asymetrią prawostronną, co oznacza, że wśród osadzonych dominowali mężczyźni z długimi wyrokami. Średnia długość kary wynosiła 5 lat i 7 lat miesięcy (Sd= 4,697). W 75% przypadków orzeczone kary były krótsze niż 8 lat. Najkrótszy wymiar kary wynosił rok, zaś najdłuższy 25 lat.

Tabela 6. Stan cywilny badanych mężczyzn

Stan cywilny	N	%
samotny	101	45,9
żonaty	37	16,8
rozwiedziony	34	15,4
wdowiec	3	1,4
partner	45	20,4
Ogółem	220	100

Źródło: opracowanie własne.

Analiza stanu cywilnego osadzonych mężczyzn wskazuje, że wśród badanych przeważały osoby samotne (46%). Co piąty badany zadeklarował, że pozostaje w związku nieformalnym. Osoby będące w związku małżeńskim stanowiły 17% badanych, zaś rozwiedzionych było 15%. Najmniej liczną grupę stanowili wdowcy (1%), co prawdopodobnie związane było z wiekiem osób osadzonych biorących udział w badaniu.

Tabela 7. System odbywania kary

System odbywania kary	N	%
zwykły	76	34,5
programowanego oddziaływania	22	10,0
terapeutyczny	122	55,5
Ogółem	220	100

Źródło: opracowanie własne.

Wśród ogółu badanych przeważali skazani odbywający karę pozbawienia wolności w systemie terapeutycznym (56%). W systemie zwykłym karę odbywało 35%, zaś programowanym oddziaływaniem objęto 10% osadzonych.

Tabela 8. Typ zakładu karnego

Typ zakładu karnego	N	%
otwarty	24	10,9
półotwarty	95	43,2
zamknięty	101	45,9
Ogółem	220	100

Źródło: opracowanie własne.

Blisko połowa badanych mężczyzn przebywała w zakładzie karnym typu zamkniętego (46%). Niewiele mniejszy odsetek stanowili skazani, którzy swoje kary odbywali w zakładach typu półotwartego (43%). Pozostałe osoby osadzone pozostawali w zakładach karnych typu otwartego (11%).

Tabela 9. Posiadanie potomstwa przez badanych mężczyzn

Posiadanie potomstwa	N	%
tak	132	60,0
nie	88	40,0
Ogółem	220	100

Źródło: opracowanie własne.

Z danych zamieszczonych w tabeli numer 9 wynika, że ponad połowa osadzonych posiadało potomstwo (60,0%). Na brak potomstwa wskazało 40% badanych.

Tabela 10. Miejsce, do którego skazani wrócą po opuszczeniu zakładu karnego

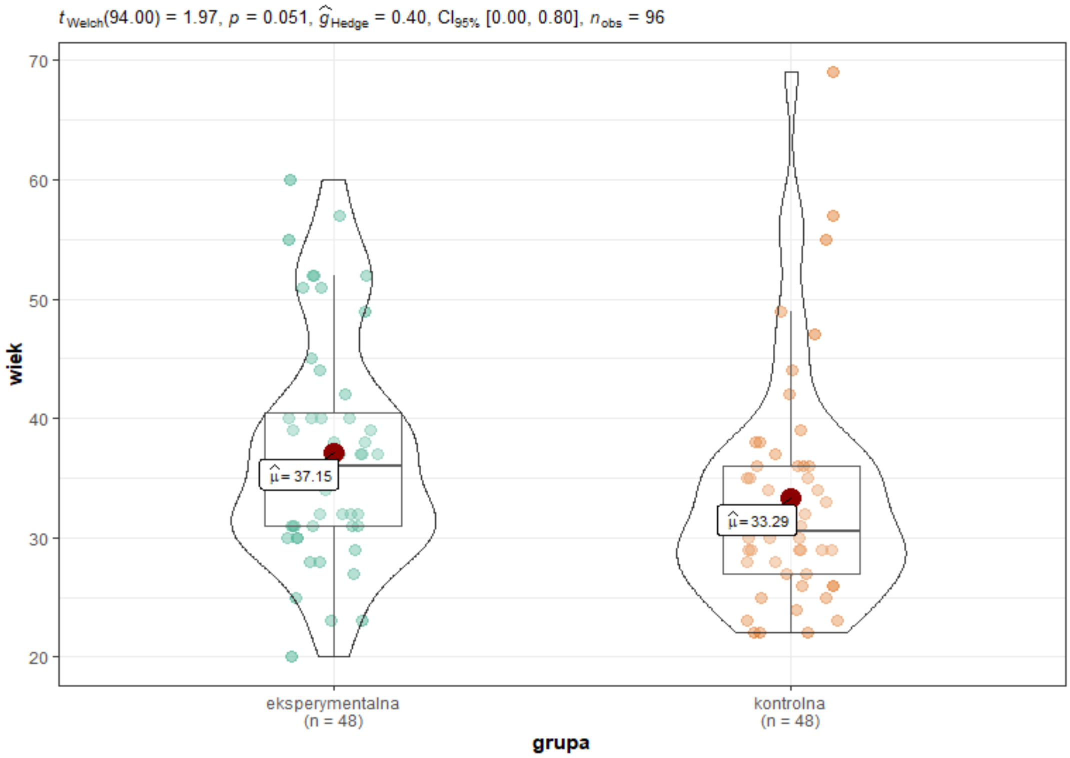
Miejsce powrotu po opuszczeniu zk	N	%
własne mieszkanie	94	42,9
rodzice	51	23,3
znajomi	4	1,8
wynajem	25	11,4
brak takiego miejsca	16	7,3
inne	29	13,2
Ogółem	220	100

Źródło: opracowanie własne.

Dla osób pozbawionych wolności bardzo ważne jest miejsce, do którego będą mogli wrócić po opuszczeniu zakładu karnego. Blisko połowa osadzonych zadeklarowała powrót do własnego domu/ mieszkania (43%). Co piąty badany wskazywał, na możliwość powrotu do rodziców. Część ankietowanych miała w planach wynajęcie mieszkania (11%), natomiast siedem procent badanych stwierdziło, że nie ma, gdzie wrócić po odbyciu kary pozbawienia wolności. Wśród badanych jest także grupa osób, która nie potrafiła określić miejsca powrotu (13%) po odbyciu kary. Najmniej osadzonych mężczyzn stwierdziło, że po opuszczeniu zakładu karnego zamieszka u znajomych (2%).

3.9.2. Charakterystyka badanych osób z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

W dalszej części analizie poddano zmienne socjodemograficzne, takie jak: wiek, miejsce zamieszkania, wykształcenie, długość odbywanej kary, stan cywilny, system odbywania kary, typ zakładu karnego, posiadanie potomstwa oraz miejsce, do którego chcą wrócić po opuszczeniu jednostki penitencjarnej w wyodrębnionych dwóch grupach osadzonych mężczyzn, mianowicie eksperymentalnej i kontrolnej .



Rysunek 3. Wiek badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

Źródło: opracowanie własne.

W pierwszej kolejności badane grupy zostały porównane pod względem wieku. Okazało się, że ta zmienna nie różnicuje ich w sposób istotny statystycznie (p=0,051). Średnia wieku badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej wyniosła 37 lat. W momencie badania najstarszy uczestnik programu miał 60 lat a najmłodszy 20 lat. Najwięcej badanych mieściło się w przedziale wiekowym 31-40 lat. W grupie kontrolnej najliczniejszą grupę stanowili mężczyźni między 22 a 37 rokiem życia. Średnia wieku w tej grupie była nieco niższa i wyniosła 33 lata. W grupie kontrolnej najstarsza osoba miała 69 lat a najmłodsza 22 lata.

Tabela 11. Miejsce zamieszkania badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

Miejsce zamieszkania	Grupa eksperymentalna		Grupa kontrolna	
	N	%	N	%
miasto	31	65,0	34	71,0
wieś	17	35,0	14	29,0
Ogółem	48	100	48	100

Źródło: opracowanie własne.
X^2=0,43; df=1; p=0,513

Miejsce zamieszkania nie różnicuje w sposób istotny statystycznie badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej (p=0,513). W obu grupach przeważali

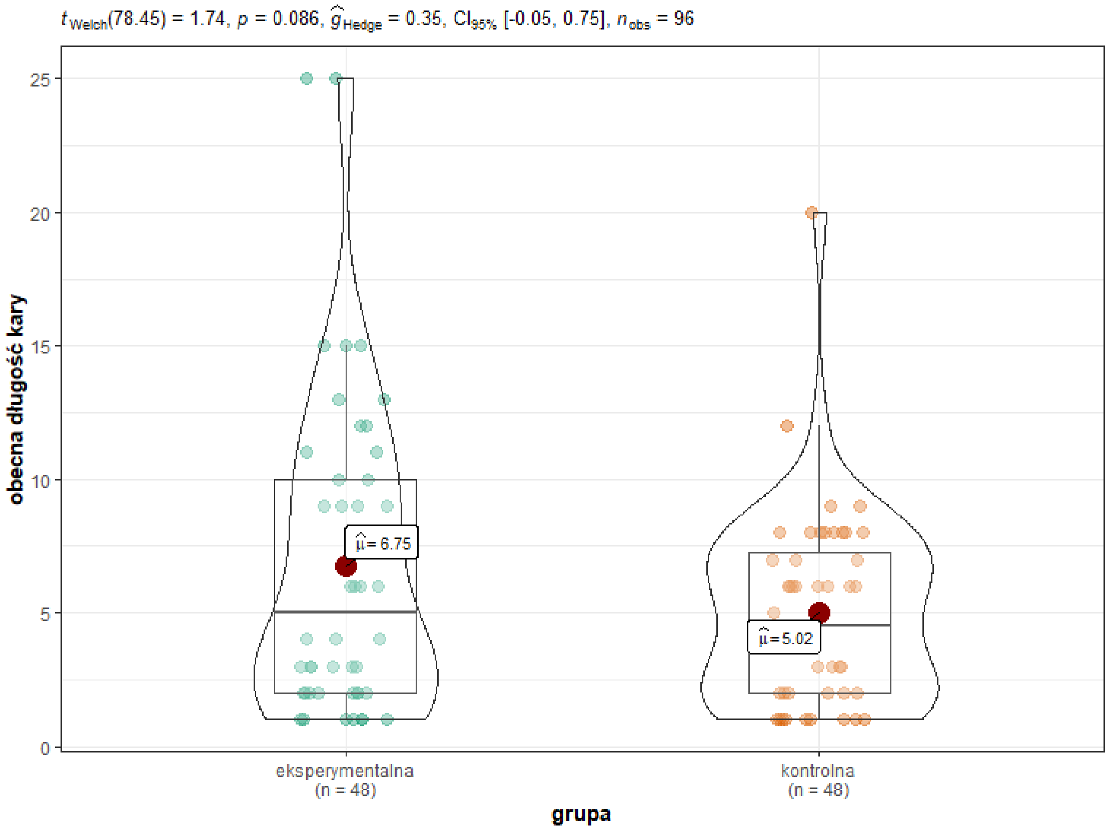
mężczyźni pochodzący z miast (65% grupa eksperymentalna i 71% grupa kontrolna). Co trzeci badany z grupy kontrolnej i 35% mężczyzn z grupy eksperymentalnej pochodziło z obszarów wiejskich.

Tabela 12. Wykształcenie badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

Wykształcenie	**Grupa eksperymentalna**		**Grupa kontrolna**	
	N	**%**	**N**	**%**
podstawowe	3	6,2	5	10,0
gimnazjalne	13	27,0	16	33,0
średnie	18	38,0	10	21,0
zawodowe	11	23,0	17	35,0
wyższe	3	6,2	-	-
Ogółem	48	100	48	100

Źródło: opracowanie własne.
X^2 =7,3843; df=4; p=0,117

Zmienna wykształcenie nie różnicuje w sposób istotny statystycznie osób badanych (p<0,117). W grupie eksperymentalnej największy odsetek stanowili mężczyźni z wykształceniem średnim (38%). W dalszej kolejności byli badani z wykształceniem gimnazjalnym (27%) i zawodowym (23%). Po tyle samo osób zakończyło edukację na poziomie podstawowym i ukończyło studia wyższe (6%), w przeciwieństwie do badanych z grupy kontrolnej, w której żaden mężczyzna nie miał wykształcenia wyższego. Co trzeci badany z grupy kontrolnej ukończył gimnazjum i szkołę zawodową. Średnie wykształcenie zadeklarowało 21% badanych, a podstawowe 10%.



Rysunek 4. Obecna długość kary badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

Źródło: opracowanie własne.

Nie stwierdzono istotnych statystycznie różnic pomiędzy badanymi mężczyznami w zakresie obecnej długości odbywania kary (p<0,08). Średnia długość kary w grupie eksperymentalnej wyniosła 6,5 roku, a w grupie kontrolnej była nieco niższa i wyniosła 5 lat. W obu badanych grupach najniższa orzeczona kara wynosiła 2 lata a najwyższa w grupie eksperymentalnej 25 lat i 20 lat w grupie kontrolnej. W grupie eksperymentalnej najwięcej badanych mężczyzn odbywało kary od 2 do 10 lata, a w grupie kontrolnej od 2 do 7 lat.

Tabela 13. Stan cywilny badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

Wykształcenie	**Grupa eksperymentalna**		**Grupa kontrolna**	
	N	**%**	**N**	**%**
samotny	34	71,0	24	50,0
żonaty	3	6,2	6	12,0
rozwiedziony	6	12,0	6	12,0
wdowiec	1	2,1	1	2,1
partner	4	8,3	11	23,0
Ogółem	48	100	48	100

Źródło: opracowanie własne.
X^2=5,99; df=4;p=0,200

Badani mężczyźni z obu grup nie różnili się między sobą w sposób istotny statystycznie pod względem stanu cywilnego (p=0,200). W grupie eksperymentalnej blisko $^3/_4$ badanych stanowili mężczyźni samotni. Dwanaście procent osób było po rozwodzie, a 8% pozostawało w związku nieformalnym. Najmniejszy odsetek stanowili badani pozostający w związku małżeńskim (6%) oraz wdowcy (2%). W grupie eksperymentalnej połowę stanowiły osoby samotne, a niespełna co czwarty żył w związku nieformalnym. Po tyle samo osób było w związku małżeńskim i po rozwodzie (12,%). Podobnie, jak w grupie eksperymentalnej tylko jedna osoba była wdowcem.

Tabela 14. System odbywania kary badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

Wykształcenie	Grupa eksperymentalna		Grupa kontrolna	
	N	%	N	%
zwykły	20	42,0	24	50,0
programowanego oddziaływania	3	6,2	0	0,0
terapeutyczny	25	52,0	24	50,0
Ogółem	48	100	48	100

Źródło: opracowanie własne.
X^2=3,38; df= 2; p=0,184

Z danych zawartych w tabeli 14 wynika, że system odbywania kary nie różnicuje badanych mężczyzn istotnie statystycznie (p=0,184). Grupę kontrolną w połowie stanowili badani odbywający karę pozbawienia wolności w systemie zwykłym i terapeutycznym. Pięćdziesiąt dwa procent badanych z grupy eksperymentalnej również odbywało karę w systemie terapeutycznym, a niewiele mniej (42%) w systemie zwykłym i trzech osadzonych w systemie programowanego oddziaływania.

Tabela 15. Typ zakładu karnego, w którym badani mężczyźni z grupy eksperymentalnej i kontrolnej odbywali karę pozbawienia wolności

Wykształcenie	Grupa eksperymentalna		Grupa kontrolna	
	N	%	N	%
otwarty	2	4,2	-	-
półotwarty	15	31,0	14	29,0
zamknięty	31	65,0	34	71,0
Ogółem	48	100	48	100

Źródło: opracowanie własne.
X^2=2,17; df=2; p=0,333

Typ zakładu karnego, podobnie jak system odbywania kary pozbawienia wolności nie różnicuje badanych mężczyzn istotnie statystycznie (p=0,333). Najwięcej badanych z grupy eksperymentalnej i kontrolnej przebywało w zakładzie karnym typu zamkniętego (odpowiednio: 65% i 71%). Co trzeci mężczyzna z obu badanych grup przebywał w zakładzie półotwartym. W grupie kontrolnej w momencie badania żaden z mężczyzn nie był osadzony w zakładzie karnym typu otwartego, a w grupie eksperymentalnej były dwie takie osoby.

Tabela 16. Posiadanie potomstwa przez badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

Posiadanie potomstwa	Grupa eksperymentalna		Grupa kontrolna	
	N	%	N	%
tak	20	42,0	27	56,0
nie	27	56,0	21	44,0
nie wiem	1	2,0	-	-
Ogółem	48	100	48	100

Źródło: opracowanie własne.
X^2=1,78; df=1; p=0,182

Posiadanie dzieci może stanowić zasób społeczny szczególnie w przypadku osób przebywających w zakładach karnych. Zmienna ta jednak nie zróżnicowała badanych pod tym względem (p=0,182). W grupie eksperymentalnej nieco ponad połowa badanych nie miała dzieci i tyle samo osób z grupy kontrolnej wskazało na ich posiadanie (56%). Blisko połowa mężczyzn z grupy eksperymentalnej pełniła rolę ojca (42%), a jeden z mężczyzn przyznał się do braku wiedzy na ten temat. W grupie kontrolnej na brak potomstwa wskazało 44% badanych.

Tabela 17. Miejsce do którego badani z grupy eksperymentalnej i kontrolnej wrócą po opuszczeniu zakładu karnego

Miejsce, do którego wrócą	Grupa eksperymentalna		Grupa kontrolna	
	N	%	N	%
własne mieszkanie	20	41,0	20	41,0
rodzice	15	31,0	9	19,0
znajomi	1	2,1	1	2,1
wynajem	5	10,0	9	19,0
brak takiego miejsca	1	2,1	6	13,0
inne	6	13,0	2	4,1
nie wiem	0	0,0	1	2,1
Ogółem	48	100	48	100

Źródło: opracowanie własne.
X^2=8,20; df= 5; p=0,145

Okazało się, że badani mężczyźni z grupy eksperymentalnej i kontrolnej nie różnili się w sposób istotny statystycznie pod względem miejsca, do którego wrócą po opuszczeniu zakładu karnego (p=0,145). Najwięcej badanych z obu grup wskazało na mieszkanie własne (41%). W grupie eksperymentalnej, co trzeci badany odpowiedział, że wróci do rodziców, a 10% wskazało, że coś wynajmie. Jedna osoba z każdej grupy brała pod uwagę możliwość zamieszkania u znajomych. Tyle samo osób, że nie ma dokąd wrócić. W grupie kontrolnej 19% osób zaznaczyło, że zamieszka z rodzicami lub coś wynajmie. Więcej mężczyzn z tej grupy w porównaniu do grupy eksperymentalnej nie miało dokąd wrócić po opuszczeniu zakładu karnego (13%). Odpowiedź „*inne*" wybrało łącznie 17% badanych. Wskazywali oni tutaj na: noclegowanie, schroniska i miejsca/domy dla byłych więźniów.

Rozdział IV Analiza i interpretacja badań własnych

W rozdziale IV zaprezentowane zostały wyniki badań własnych dotyczących psychospołecznego funkcjonowania badanych mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności. W pierwszej kolejności omówione zostały wyniki umożliwiające poznanie ogólnego sposobu funkcjonowania badanych osadzonych mężczyzn w zakresie: poczucia odpowiedzialności, poczucia własnej skuteczności, radzenia sobie ze stresem, stylów rozwiązywania konfliktów, umiejętności życia codziennego i korzystania z różnych form wsparcia oraz umiejętności komunikacyjnych. Poza tym zaprezentowano wypowiedzi badanych mężczyzn związane z opuszczeniem przez nich zakładu karnego. Następnie te same zmienne zostały opisane z podziałem na grupę eksperymentalną i kontrolną (pretest).

4.1. Funkcjonowanie psychospołeczne badanych mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności

Problem badawczy szczegółowy: W jaki sposób w sferze psychospołecznej funkcjonują osoby skazane znajdujące się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego w zakresie: poczucia odpowiedzialności, poczucia własnej skuteczności, strategii radzenia sobie ze stresem oraz stylów rozwiązywania konfliktów?

4.1.1. Poczucie odpowiedzialności badanych mężczyzn (n=220)

Pierwszą analizowaną zmienną zależną jest poczucie odpowiedzialności. Zastosowano skalę poczucia odpowiedzialności autorstwa Romualda Derbisa. Wyróżnił on odpowiedzialność pozytywną i negatywną. „Odpowiedzialność pozytywna jest wyrazem dbałości o nieprzekraczanie praw natury i kultury i tym samym niedopuszczanie do ich łamania, co wiąże się ze zdobywaniem szerokiej wiedzy o rzeczywistości (…). Odpowiedzialność negatywna rozumiana jest jako gotowość do ponoszenia konsekwencji za ignorowanie praw natury i kultury oraz gotowość do rekompensowania strat osobom poszkodowanym" (D. Czyżowska, A. Oleszkowicz, 2010, s. 51). Odpowiedzialność jest pojęciem wywodzącym się z łacińskiego słowa „respondere" i dosłownie oznacza „odpowiadać". Widoczna jest w tym tłumaczeniu pewna interakcja i zależność. Odpowiedzialność wiąże się z ponoszeniem konsekwencji (odpowiedzialności) za swoje

czyny, swoje postępowanie niezależnie od pociągnięcia do odpowiedzialności. Odpowiedzialność to także postawa wobec kogoś lub czegoś, którą nabywamy wraz ze wzrostem i rozwojem. Można wyróżnić takie rodzaje odpowiedzialności jak: odpowiedzialność prawna, moralna, polityczna, zbiorowa, fizyczna, psychologiczna czy rodzicielska itp. Mówiąc o odpowiedzialności prawnej i moralnej konieczne jest wskazanie pewnych zasad, warunków, w celu określenia jej zakresu. Świadomość działań podejmowanych przez poszczególne jednostki wiąże się z ponoszeniem konsekwencji za nie i podlega sankcjom: pozytywnym (nagroda) lub negatywnym (kara). Odpowiedzialność zarówno za siebie jak i swoje postępowanie wiąże się z prawem do wolności (A. Rynio, 1984, s. 50; B. Niećko-Bukowska, 2008, s. 130-132, A. Minczanowska, 2018, s. 49; G. Moretto, E. Walsh, P. Haggard, 2011, s. 1847).

R. Derbis i A. Bańka (1998, s. 19-20) wskazali, że odpowiedzialność odnosi się do czterech płaszczyzn działalności i życia człowieka. Pierwsza z nich to „przestrzeganie praw natury i kultury", co wiąże się z prawidłowym funkcjonowaniem w sferze psychofizycznej, równowagą ze środowiskiem, pozytywną samooceną i dobrym samopoczuciem. Jest to także pewien rodzaj odpowiedzialności osobistej. Druga płaszczyzna „dotyczy planowania, kontroli, aktywności i wydatkowania energii wykorzystywanej do realizacji celu". Ten rodzaj odpowiedzialności dotyczy zadań podejmowanych przez dana jednostkę w celu realizacji określonych planów i zamierzeń. Trzecia płaszczyzna „łączy się z konsekwencjami przekraczania norm". Wiąże się z odpowiedzialnością moralną za określone zachowanie. Ostatnia płaszczyzna odnosi się do odpowiedzialności politycznej.

Odpowiedzialność i poczucie odpowiedzialności wiąże się z rozwojem jednostki, a zatem również z jej osobowością. Osoby dojrzałe, przystosowane do życia w społeczeństwie charakteryzują się „umiejętnością brania na siebie odpowiedzialności i nie unikania jej, poczuciem rzeczywistości i akceptowania jej taką, jaką jest" (A. Rynio, 1984, s. 49).

Odpowiedzialność należy rozumieć jako proces, który jest bezpośrednio związany z działaniami, jakie podejmujemy oraz jako stan świadomości odnoszący się do umiejętności rozpoznawania i nazywania czynników warunkujących poczucie odpowiedzialności (R. Derbis, A. Bańka, 1998, s. 20).

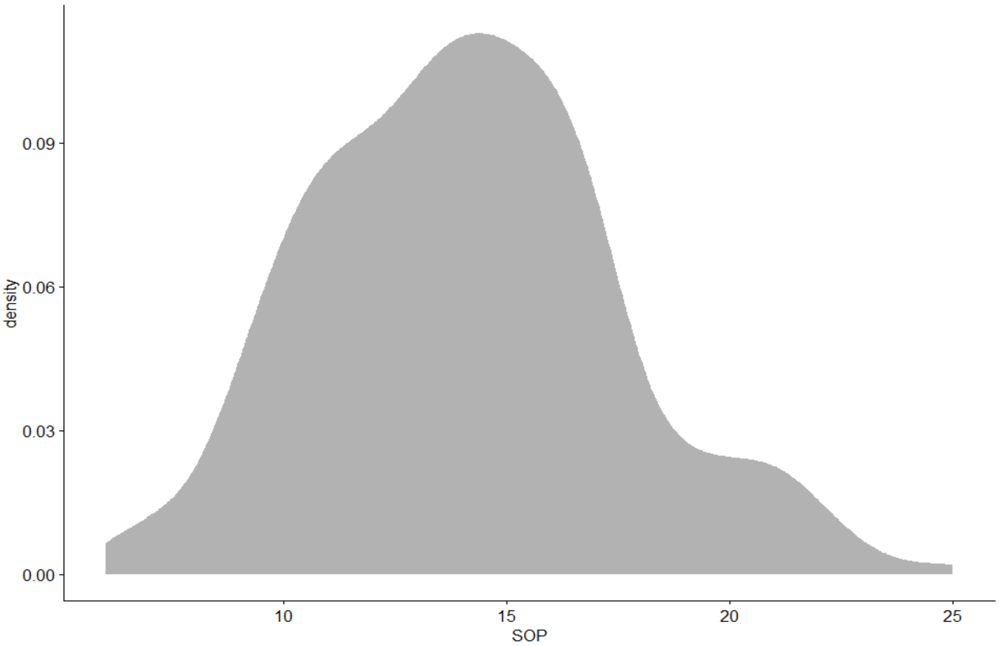
Niewątpliwie osoby przebywające w zakładach karnych ponoszą odpowiedzialność za swoje postępowanie i w konsekwencji odbywają karę pozbawienia wolności. Chcąc sprawdzić na ile czują się odpowiedzialni obliczono statystyki opisowe dla zmiennej poczucie odpowiedzialności w badanej grupie osób.

Tabela 18. Poczucie odpowiedzialności badanych mężczyzn – statystyki opisowe

Poczucie odpowiedzialności	Min	Max	Me	Q1	Q3	M	Sd
	6	25	14	11,75	16	14,07	3,41

Źródło: opracowanie własne.

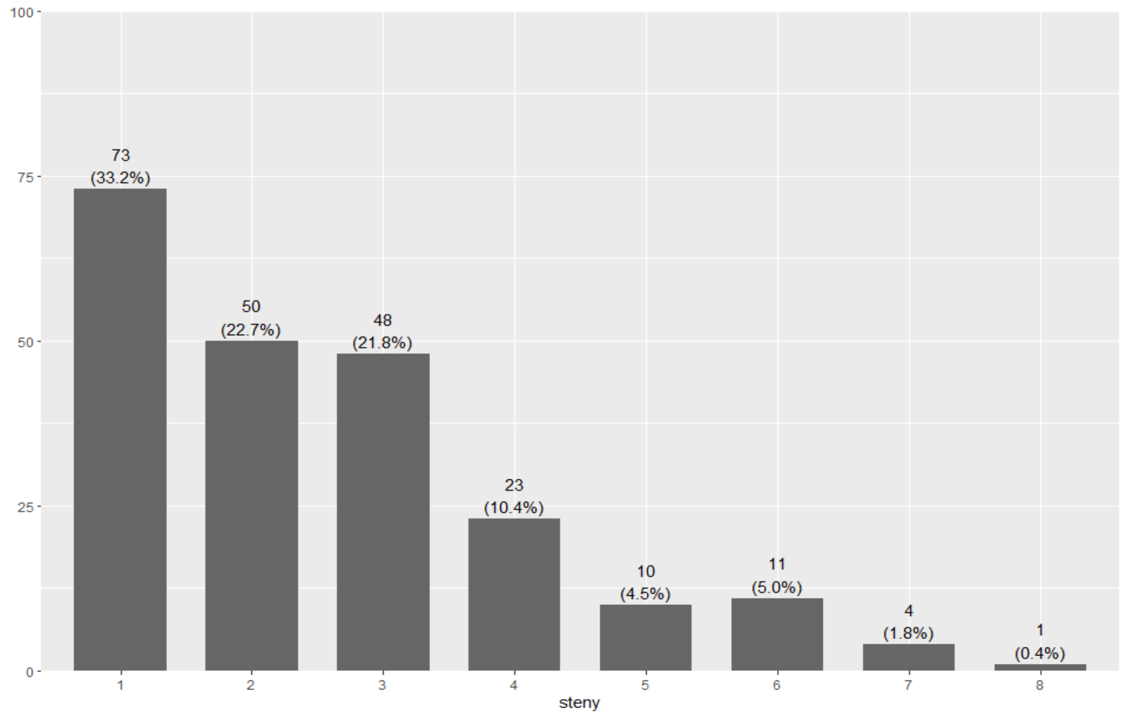
Z danych zawartych w tabeli 18 można wywnioskować, że poczucie odpowiedzialności wśród badanych mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności jest niskie (M=14,07, Sd=3,41). Średni wynik mieści się w drugim kwartylu, co oznacza, że połowa badanych mężczyzn uzyskała wyniki wyższe niż wartość mediany, a druga połowa niższe. Maksymalny wynik jest stosunkowo niski (25 punktów), a 75% wyników badanych osób zawierało się w przedziale od 0 do16 punktów, przy możliwości uzyskania maksymalnie 34 punktów na skali. Na wykresie 5 widoczna jest koncentracja uzyskanych wartości wokół niskich wyników dla tej skali, dla badanej grupy osadzonych.



Rysunek 5. Gęstość rozkładu w zakresie poczucia odpowiedzialności badanych mężczyzn

Źródło: opracowanie własne.

Na wykresie nr 6 zaprezentowano rozkład uzyskanych wyników w podziale na poziomy: niski, średni i wysoki.



Wykres 1. Poziom poczucia odpowiedzialności badanych mężczyzn

Źródło: opracowanie własne.

Z danych zaprezentowanych na wykresie 6 wynika, że ponad ¾ badanych charakteryzuje się niskim poczuciem odpowiedzialności. Średni poziom widoczny jest w przypadku 19% skazanych mężczyzn, a stosunkowo wysokim poziomem poczucia odpowiedzialności charakteryzuje się pięciu badanych. Oznacza to, że osoby skazane odbywające karę pozbawienia wolności, znajdujące się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego ponoszą konsekwencję swojego postępowania (sankcja, kara nałożona przez sąd), ale w większości nie poczuwają się do odpowiedzialności za swoje czyny i swoje postępowanie. Odpowiedzialność i poczucie odpowiedzialności odnosi się do różnych sfer życia i funkcjonowania człowieka.

4.1.2. Poczucie własnej skuteczności badanych mężczyzn (n=220)

Kolejną analizowaną zmienną w kontekście funkcjonowania w sferze psychospołecznej skazanych mężczyzn jest poczucie własnej skuteczności. W tym celu wykorzystano narzędzie GSES - Skala Uogólnionej Własnej Skuteczności R. Schwarzera, M. Jerusalem, w adaptacji Z. Juczyńskiego, która składa się z 10 stwierdzeń wchodzących w skład jednego czynnika.

Poczucie własnej skuteczności odnosi się do „subiektywnego przekonania, które konstytuuje różne elementy osobowe i sytuacyjne”. Zalicza się do nich wielkość (rozumianą,

jako pewną świadomość związaną z poczuciem sprawstwa i umiejętnością poradzenia sobie w określonej sytuacji), ogólność (dotyczy stopnia i poziomu posiadanej wiedzy i umiejętności, które odnoszą się do różnych obszarów życia i mogą okazać się niezbędne do realizacji określonego celu czy zadania) oraz siłę (odnosi się ona do własnego, silnego przekonania, co do jakości własnych kompetencji i umiejętności) (Z. Juczyński, 2000, s. 14).

Poczucie własnej skuteczności rozumiane jest jako „przekonanie jednostki na temat osobistych możliwości spełnienia różnorodnych warunków zadania, prowadzących do osiągnięcia zamierzonych rezultatów" (A. Wojnarska, M. Osińska, 2020, s. 174). Realizowane zadanie mają określony stopień trudności, z którym dana jednostka musi się zmierzyć (K. Kozicka, 2004, s. 28; P.A. Heslin, U.C. Klehe, 2006, s. 705). Poczucie własnej skuteczności wiąże się z poczuciem kontroli osobistej, a także koreluje z wyborem celów życiowych. Poczucie własnej skuteczności i sposób jej postrzegania kształtuje poczucie kontroli wewnętrznej, co w konsekwencji prowadzi do zmiany pewnych czynników w najbliższym otoczeniu w celu realizacji własnych planów (I. Niewiadomska, J. Chwaszcz, 2010, s. 53; A. Holloway i in. 2021, s. 5). Wskazuje się, że wyższy wskaźnik poczucia własnej skuteczności oznacza, iż dana jednostka wyznacza sobie bardziej ambitne i złożone cele oraz mocniej angażuje się w ich realizację, pomimo występujących trudności. Wzrost przekonania o możliwościach rozwiązania danego problemu (wyzwania) jest wprost proporcjonalny do wzrostu poziomu motywacji i zaangażowania. Poczucie własnej skuteczności poprzez weryfikacje oceny własnego postępowania w danej sytuacji umożliwia zmianę zachowań, co jest szczególnie istotne w przypadku osób niedostosowanych społecznie (V. Rodek, 2020, s. 108). Poczucie własnej skuteczności rozwija się wraz z nabywanym doświadczeniem. Dodatkowo koreluje ono z koncentracją na zadaniu, motywacją do działania, wiarą we własne możliwości, poszukiwaniem i stosowaniem konstruktywnych sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych, samopoczuciem, jakością z życia oraz pozytywnymi relacjami z innymi ludźmi (A. Wojnarska, M. Osińska, 2020, s. 174-175).

Niskie poczucie własnej skuteczności uznawane jest za jedną z przyczyn występowania zachowań o charakterze antyspołecznym. Osoby odbywające kary pozbawienia wolności mają trudności z opisaniem rzeczy, które uważają za sukces oraz cechują się niskim poziomem motywacji i zaangażowania do podejmowania oraz realizacji nowych zadań (A. Wojnarska, M. Osińska, 2020, s. 176). Dlatego postanowiono określić poziom poczucia własnej skuteczności wśród skazanych mężczyzn przebywających w izolacji penitencjarnej.

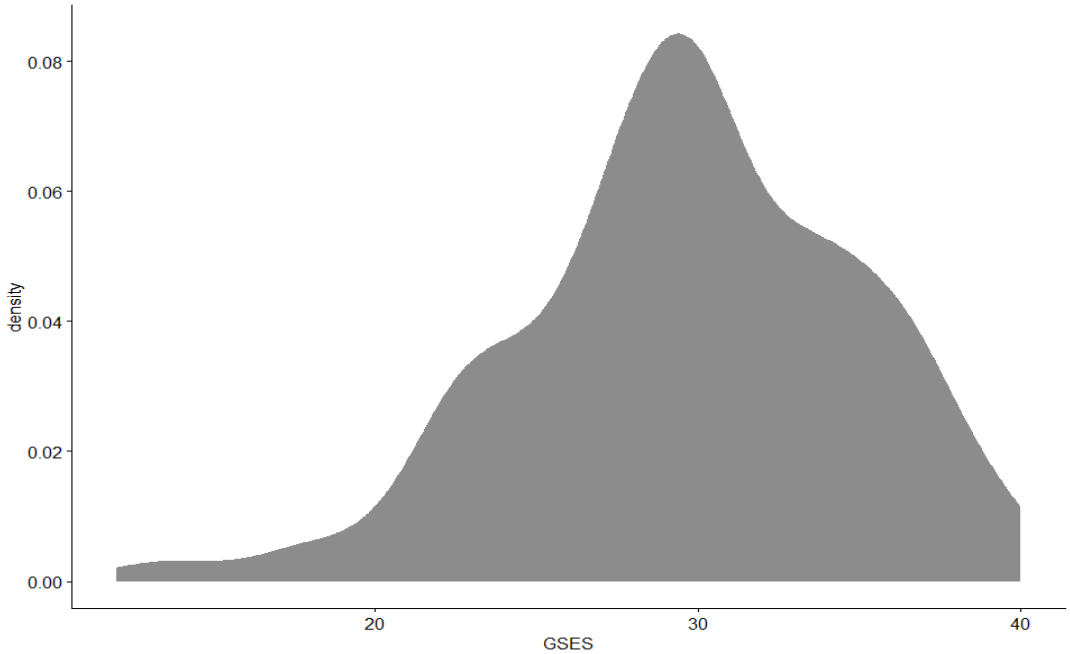
Tabela 19. Poczucie własnej skuteczności badanych mężczyzn – statystyki opisowe

Poczucie własnej skuteczności	Min	Max	Me	Q1	Q3	M	Sd
	12	40	30	27	33,25	29,65	5,24

Źródło: opracowanie własne.

Z danych zaprezentowanych w tabeli 19 można wywnioskować że wartość średniej dla poczucia własnej skuteczności u badanych mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego jest zbliżona do wartości mediany (Me=30) i wynosi M=29,659 (Sd=5,249). Maksymalny wynik wyniósł 40 punktów, a wyniki 75% badanych mieściły się w przedziale od 0 do 33 punktów.

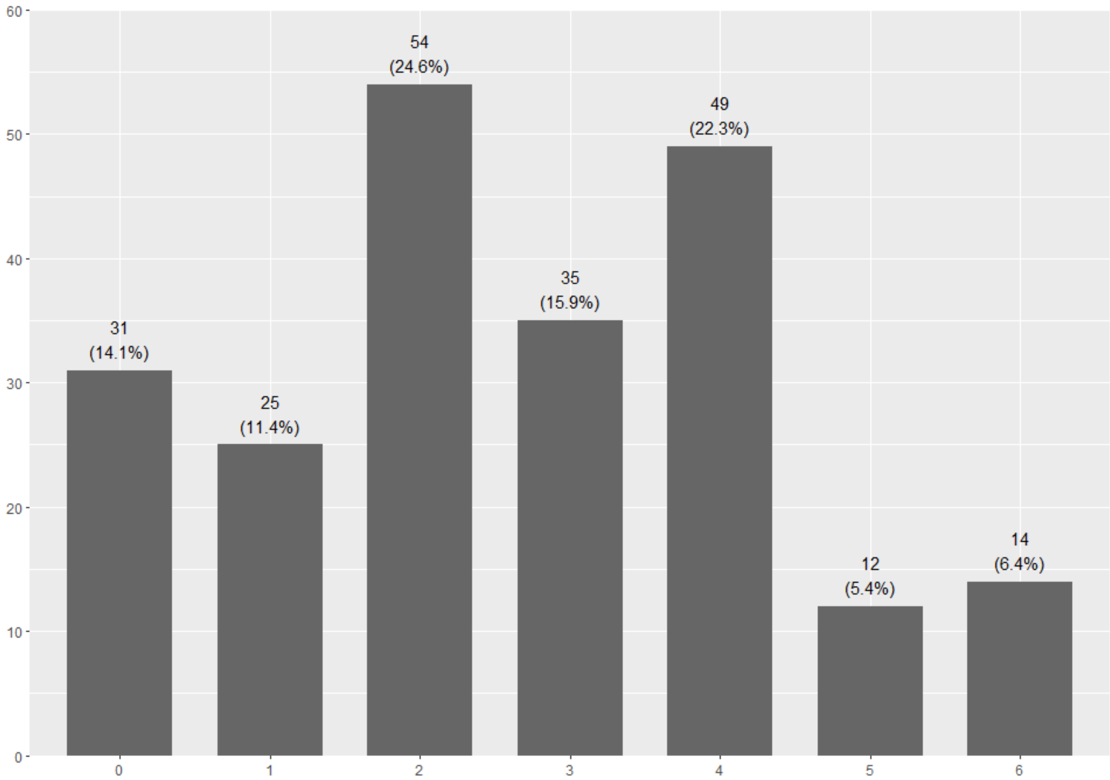
Dane zaprezentowane na wykresie 7 wskazały na delikatnie lewostronną asymetrię, co oznacza, że wśród badanych mężczyzn przeważały osoby z niższymi wynikami w zakresie poczucia własnej skuteczności niż wyższymi.



Rysunek 6. Gęstość rozkładu w zakresie poczucia własnej skuteczności badanych mężczyzn

Źródło: opracowanie własne.

Poniżej zaprezentowano szczegółowy rozkład uzyskanych wyników w zakresie poczucia własnej skuteczności z podziałem na steny.



Wykres 2. Poziom poczucia własnej skuteczności badanych mężczyzn

Źródło: opracowanie własne.

Z danych zawartych na wykresie 8 wynika, że największy odsetek badanych mężczyzn charakteryzował się niskim poziomem poczucia własnej skuteczności (74%), a 12% przeciętnym. W badanej grupie osadzonych mężczyzn nie było osób, które charakteryzowałyby się wysokim poczuciem własnej skuteczności. Co trzeci badany nie ustosunkował się do podanych twierdzeń. Uzyskane wyniki świadczą o tym, że mężczyźni znajdujący się w okresie przygotowania do zwolnienia z zakładu karnego nie wierzą we własne możliwości i w związku z tym nie wykazują silnego zaangażowania w realizację określonych celów.

Osoby, które odbywają karę pozbawienia wolności charakteryzują się niskim poczuciem własnej skuteczności. Nie potrafią one wskazać czy opisać zdarzeń i sytuacji ze swojego życia, które określiliby jako sukces, a sam pobyt w zakładzie karnym i odbywanie kary odczuwają jako porażkę i często doświadczają przy tym poczucia bezsilności i osamotnienia. Brak poczucia własnej skuteczności w przypadku osób skazanych przekłada się także na ich plany na przyszłość. Oznacza to, że nie potrafią oni konsekwentnie realizować określonych celów życiowych przy częstej postawie roszczeniowej i „myśleniu życzeniowym" (I. Niewiadomska, J. Chwaszcz, 2010, s. 55).

4.1.3. Strategie radzenia sobie ze stresem przez badanych mężczyzn (n=220)

Kolejną analizowaną zmienną są strategie radzenia sobie ze stresem. W celu poznania sposobów, w jaki badani mężczyźni przebywający w zakładach karnych najczęściej radzą sobie ze stresem zastosowano narzędzie w polskiej adaptacji Z. Juczyńskiego i N. Ogińskiej-Bulik Mini Cope - Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem. Jest to skrócona wersja kwestionariusza COPE. Narzędzie składa się z 28 twierdzeń, na które osoba badana udziela odpowiedzi na skali od 0 do 3 punktów. Pozwala ono wyodrębnić 14 sposobów związanych z reagowaniem w sytuacjach stresowych. Strategie te przekładają się na cztery strategie postepowania w sytuacjach trudnych: skoncentrowane na problemie, ukierunkowane na emocje, przystosowawcze i najmniej skuteczne (źródło: https://www.practest.com.pl/cope-wielowymiarowy-inwentarz-do-pomiaru-radzenia-sobie-ze-stresem, dostęp z dnia 27.01.2022r.).

Stres jest reakcją organizmu na nieprzewidzianą i trudną sytuację. Jako pierwszy pojęcie to zdefiniował Hans Selye wskazując, że jest to zjawisko natury fizjologicznej, związane z reakcją organizmu danej jednostki na sytuację dla niej nową, nietypową (A. Lewicka-Zelent, A. Pytka, 2021, s. 66-67).

Stres odnosi się do pewnej relacji pomiędzy jednostką a otoczeniem. Subiektywne postrzeganie danego zdarzenia jako sytuacji trudnej i niemożliwej do rozwiązania (w danym momencie) określane jest mianem stresu. Każdy człowiek może stosować różne strategie mające na celu rozwiązanie sytuacji stresowej poprzez konkretne reakcje i zachowania o charakterze poznawczym i behawioralnym. Dodatkowo różne strategie radzenia sobie ze stresem mogą być wykorzystywane w odniesieniu do jednego czynnika stresogennego. Sposób, w jaki dana jednostka radzi sobie ze stresem uzależniony jest od jej wcześniejszych doświadczeń, a także posiadanych zasobów, umiejętności i wsparcia ze strony najbliższych (Z. Juczyński, 1999, s. 45).

Stres jest czynnikiem zakłócającym prawidłowe funkcjonowanie człowieka i wpływającym na jego sposób funkcjonowania. Długotrwałe doświadczanie stresu może być przyczyną wystąpienia: nerwicy, stanów lękowych, zachowań agresywnych, autoagresywnych, podwyższonego ciśnienia, czy problemów z sercem (E. Sygit-Kowalkowska, 2014, s. 203). Reakcje na stres warunkowane są osobistymi doświadczeniami danej jednostki oraz jej cechami osobowości. W tym rozumieniu wyróżnia się dwa rodzaje stresu: stres konstruktywny (pobudzający do działania) oraz dystres, stres długotrwały, który jest przyczyną występowania działań niepożądanych, destrukcyjnych (Lewicka-Zelent, Pytka, 2021, s.68).

Sposób radzenia sobie ze stresem jest procesem dynamicznym, który zależy zarówno od czynników sytuacyjnych i czynników indywidualnych. Sposoby te mogą koncentrować się na: emocjach (oznacza to nadmierne skupienie na sobie, na swoich emocjach i przeżyciach, a także na dystansowaniu się wobec sytuacji stresowej), na zadaniu – (to najbardziej pożądana strategia oparta na podjęciu próby rozwiązania sytuacji problemowej); na unikaniu (jest związany z podejmowaniem działań odbiegających od sytuacji trudnej np. poprzez wykonywanie czynności zastępczych lub nadmierne angażowanie się w kontakty towarzyskie. Wybranie przez daną jednostkę określonej strategii warunkuje efektywność rozwiązania danej sytuacji stresowej, a właściwa ocena sytuacji stanowi podstawę jej wyboru (A. Jachnis, 2000, s. 55; E. Sygit-Kowalkowska, 2014, s. 203).

Pobyt w zakładzie karnym niewątpliwie jest sytuacją trudną. Osoby przebywające w izolacji doświadczają stresu, a jego negatywne konsekwencje często mają długotrwałe skutki zarówno dla jednostki, która go doświadcza, jak i jej najbliższego otoczenia. Dlatego postanowiono sprawdzić, po jakie strategie najczęściej sięgają badani mężczyźni odbywający karę pozbawienia wolności.

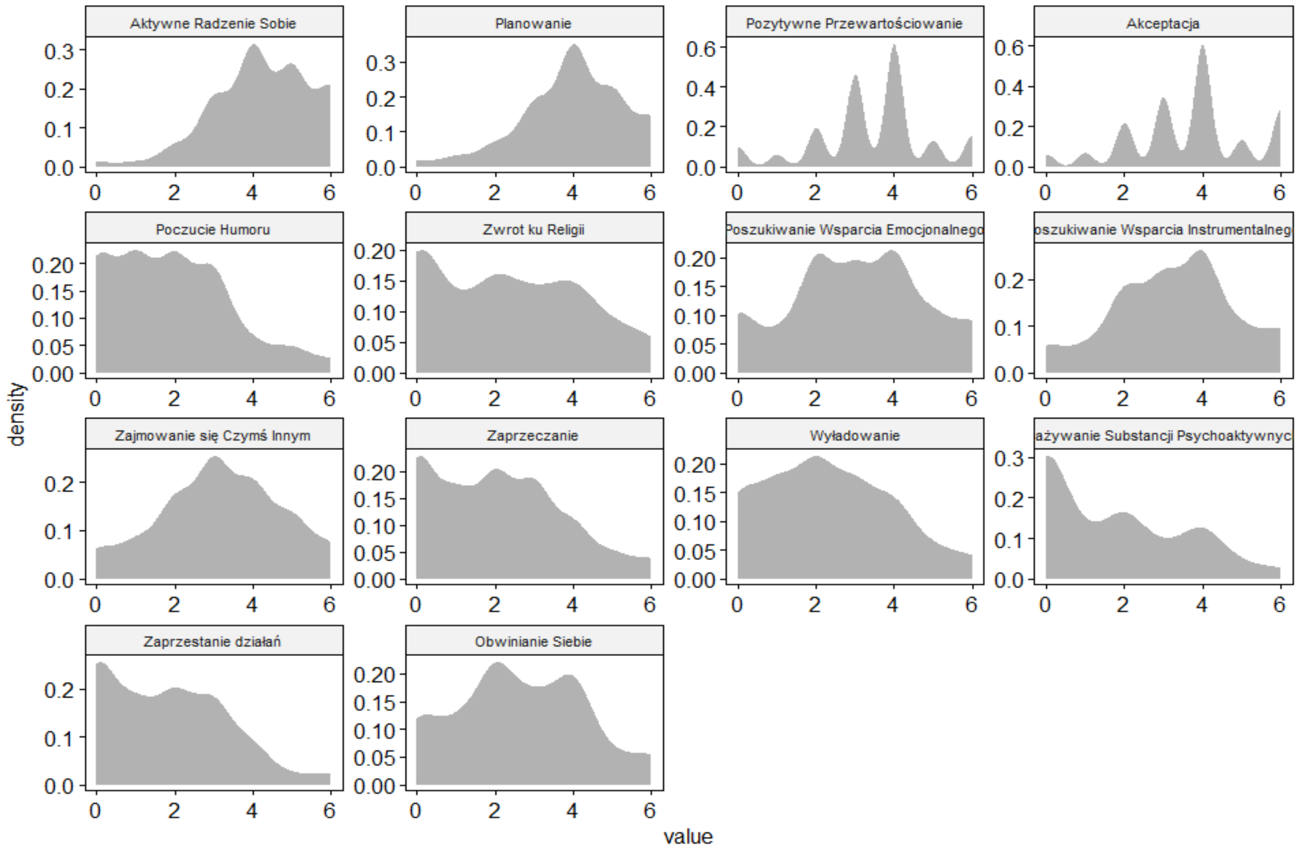
Tabela 20. Sposoby radzenia sobie ze stresem przez badanych mężczyzn – statystyki opisowe

Sposoby radzenia sobie ze stresem	M	Sd
Aktywne radzenie sobie	4,26	1,30
Planowanie	4,00	1,34
Pozytywne przewartościowanie	3,41	1,45
Akceptacja	3,68	1,52
Poczucie humoru	1,90	1,56
Zwrot ku religii	2,35	1,92
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	3,02	1,73
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	3,27	1,58
Zajmowanie się czymś innym	3,16	1,59
Zaprzeczanie	2,06	1,69
Wyładowanie	2,32	1,67
Zażywanie substancji psychoaktywnych	1,73	1,79
Zaprzestanie działań	1,80	1,57
Obwinianie siebie	2,62	1,69

Źródło: opracowanie własne.

Skazani mężczyźni znajdujący się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego i biorący udział w badaniu najwyższe wyniki dotyczące sposobów radzenia sobie ze stresem uzyskali w zakresie aktywnego radzenia sobie (M=4,628, Sd=1,309) i planowania (M=4,009, Sd=1,348). W dalszej kolejności w sytuacji stresowej badani twierdzili,

że koncentracją się na akceptacji (M=3,680, Sd=1,520), pozytywnie przewartościowują (M=3,418, Sd=1,452) oraz poszukują wsparcia o charakterze instrumentalnym (M=3,273, Sd=1,584) i emocjonalnym (M=3,023, Sd=1,737). Najniższe wyniki mężczyźni znajdujący się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego uzyskali w sposobach odwołujących się do poczucia humoru (M=1,905, Sd=1,566), zażywania substancji psychoaktywnych (M=1,736, Sd=1,794) i zaprzestania działań (M=1,800, Sd=1,578). Oznacza to, że przebadana grupa skazanych mężczyzn deklaruje, że potrafi w sposób konstruktywny radzić sobie w sytuacjach stresowych. Pozytywne jest to, że stosunkowo rzadko zaprzestają działań redukujących stres lub sięgają po substancje psychoaktywne. Wyniki te potwierdzają poniższe rozkłady gęstości w zakresie poszczególnych sposobów radzenia sobie ze stresem.



Rysunek 7. Gęstość rozkładu w poszczególnych sposobach radzenia sobie ze stresem
Źródło: opracowanie własne.

Zaprezentowane na wykresie 8 wyniki dotyczące sposobów radzenia sobie składają się na strategie radzenia sobie ze stresem. Wyróżnia się cztery podstawowe strategie: mniej skuteczne, przystosowawcze, skoncentrowane na emocjach i skoncentrowane na problemie.

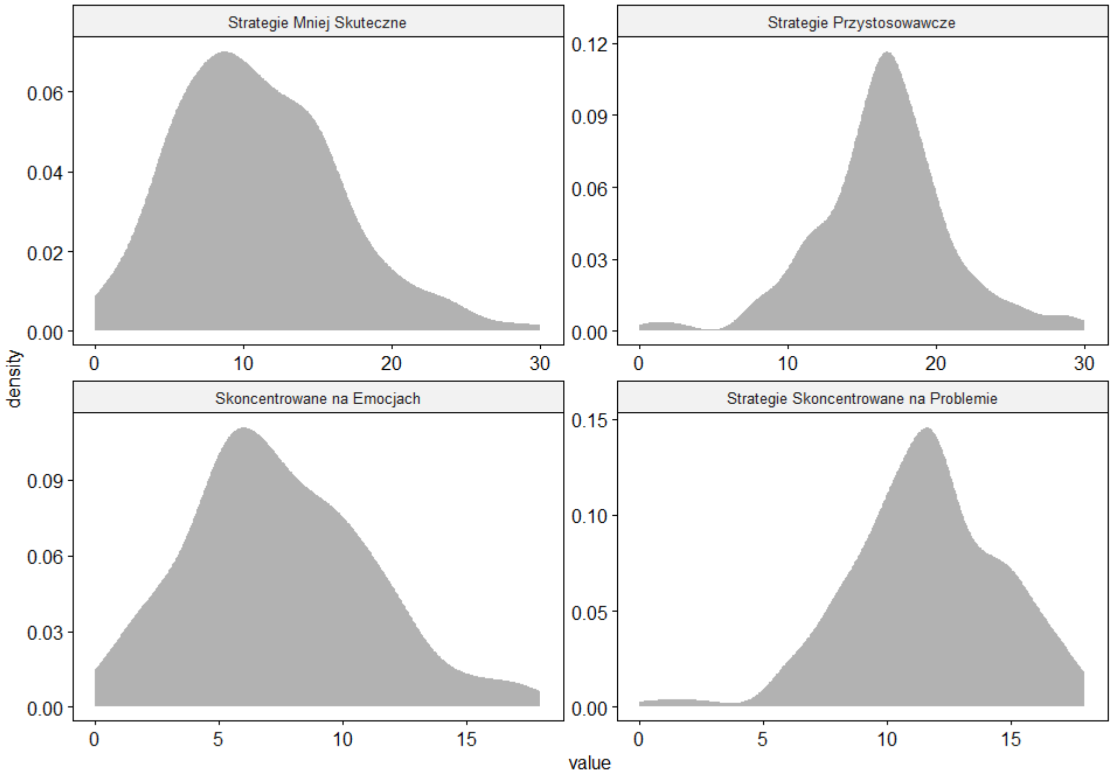
Tabela 21. Strategie radzenia sobie ze stresem przez badanych mężczyzn – statystyki opisowe

Strategie radzenia sobie ze stresem	Min	Max	Me	Q1	Q3	M	Sd
Strategie mniej skuteczne	0	30	10	7	14,25	10,932	5,544
Strategie przystosowawcze	0	30	17	14	19,00	16,443	4,616
Strategie skoncentrowane na emocjach	0	18	7	5	10,00	7,436	3,673
Strategie skoncentrowane na problemie	0	18	12	10	14,00	11,550	3,097

Źródło: opracowanie własne.

Wyniki zaprezentowane w tabeli 21 wskazują, że badani mężczyźni najczęściej deklarowali, że stosowali strategie przystosowawcze (M=16,443, Sd=4,616), co oznacza, że potrafią zaakceptować sytuację, która jest dla nich trudna. W dalszej kolejności wskazywali na strategie skoncentrowane na problemie (M=11,550, Sd=3,097) oraz strategie mniej skuteczne (M=10,932, Sd=5,544), co może wiązać się tym, że część badanych mężczyzn podejmowała działania zmierzające do poradzenia sobie z sytuacją stresową, a inni sięgali po substancje psychoaktywne, przyjmowali postawę bierną lub obracali swoją sytuację w żart. Najrzadziej stosowaną strategią była ta koncentrująca się na emocjach (M=7,436, Sd=3,637). Wyniki te mogą świadczyć o tym, że osoby stosujące strategie odwołujące się do aktywności w zakresie radzenia sobie ze stresem odczuwały go w mniejszym stopniu lub stres był czynnikiem, który działał na nie motywująco w przeciwieństwie do osób stosujących strategie unikowe, u których odczuwany poziom stresu był prawdopodobnie wyższy, co przekładało się na ich reakcje i powodowało unikanie tych sytuacji.

Uzyskane wyniki obrazują rozkłady gęstości wyników w zakresie czterech opisanych strategii przedstawione w sposób graficzny.



Rysunek 8. Gęstość rozkładu wyników poszczególnych strategii radzenia sobie ze stresem

Źródło: opracowanie własne.

Pobyt w zakładzie karnym zalicza się do sytuacji trudnych i stresowych. Wskazuje się, że im dłuży czas odbywania kary pozbawienia wolności tym silniejszy stres odczuwają osoby skazane (K. Miszewski, M. Miłkowska-Kozaryna, 2020, s. 327).

4.1.4. Style rozwiązywania konfliktów przez badanych mężczyzn (n=220)

Kolejną zmienną zależną poddaną analizie były style rozwiązywania konfliktów w ujęciu K.W. Thomasa i R.H. Kilmanna. Narzędzie składające się z 30 par pytań obrazuje pięć podstawowych strategii relacyjnych takich jak: dostosowanie, kompromisowość, konkurowanie (rywalizowanie), unikanie i współpraca.

Konflikty, podobnie jak stres, są czymś naturalnym i nieuniknionym w życiu każdego człowieka. K.W. Thomas konflikt definiował jako proces rozpoczynający się momencie, gdy jedna ze stron dostrzega pewne obawy i niezadowolenie u drugiej strony. Obawy te mogą dotyczyć wartości, potrzeb i pragnień (źródło: https://wrf.ecse.rpi.edu/Teaching/ied-s2017/files/from-lms/Professional_Development/Kilmann_5_Modes_of_Conflict.pdf). Samo pojęcie konflikt pochodzi z języka łacińskiego „conflictus" i w znaczeniu dosłownym oznacza zderzenie, pewną niezgodność. Wyróżnia się dwa rodzaje konfliktów: interpersonalne

i intrapsychiczne. Te pierwsze mają miejsce w przypadku wystąpienia sprzeczności celów przy udziale minimum dwóch osób. W tym rodzaju konfliktu jedna ze stron nie przejawia gotowości do rozwiązania zaistniałej sytuacji. Z kolei konflikty intrapsychiczne dotyczą jednostki mającej trudności, problemy w podjęciu decyzji. Mogą one występować w relacji dążenie- dążenie (jednostka ma do wyboru dwie atrakcyjne dla siebie alternatywy), unikanie – unikanie (wybór pomiędzy dwoma jednakowo negatywnymi opcjami) oraz dążenie – unikanie (obie możliwości są w jednakowym stopniu pozytywne, atrakcyjne lub nieatrakcyjne, niekorzystne) (A. Lewicka-Zelent, A. Pytka, 2020, s. 15).

Konflikt kojarzony jest najczęściej negatywnie. Długotrwałe konflikty generują problemy w sferze fizycznej i emocjonalnej. Do najczęstszych zalicza się: stres, zachowania agresywne, utratę zaufania, odcięcie się od innych, wrogą, negatywną postawę czy popadanie w konflikty w prawem. Pojawienie się sytuacji konfliktowej może mieć także pozytywne konsekwencje. Konflikty pozwalają na: rozładowanie napięcia emocjonalnego, oczyszczenie atmosfery, rozwojr óżnych umiejętności (np. przywódczych) czy pobudzenie do działania (A. Bodanko, P. Kowalik, 2007, s. 95; M. I. Khamidovna, 2021, s. 205).

W sytuacjach konfliktowych niezwykle ważna jest umiejętność ich rozwiązywania. K.W. Thomas i R.H. Kilmann (za: S.Nischal, 2014, s. 62) wskazali na dwa główne wskaźniki dotyczące rozwiązywania konfliktów: kompromis i asertywność. W ich ramach wyróżnili pięć podstawowych styli zarządzania konfliktem. Zalicza się do nich:

- dostosowanie czyli pomijanie własnych potrzeb i interesów na rzecz drugiej osoby, rezygnacja w celu utrzymania dobrych i poprawnych relacji. Osoby dostosowujące się do innych bardziej cenią sobie kontakty z drugą osobą niż wynik końcowy dotyczący rozwiązania sytuacji konfliktowej. Ten styl może oznaczać także, że osoba stosująca go ma ukryty cel lub w przyszłości będzie oczekiwać „spłacenia” pewnego kredytu związanego z ustąpieniem, rezygnacją ze swoich potrzeb;
- unikanie rozumiane jako odkładanie na później. Skonfliktowane strony unikają sytuacji, w których mogłoby dojść do konfrontacji między nimi. Może to być wynikiem strachu, braku pewności siebie, ale też może oznaczać poczucie bezpieczeństwa i komfortu;
- rywalizację polegającą na maksymalizacji wysiłków w celu osiągnięcia zamierzonych korzyści bez uwzględniania potrzeb drugiej strony. W tym przypadku skonfliktowane osoby nie wykazują chęci do współpracy, są nastawione tylko na zysk. Jedna ze stron znajduje się na pozycji wygranej, a druga przegranej. Rywalizacja może myć skuteczną metoda rozwiązywania konfliktów jeśli inne metody nie sprawdziły się, gdy

potrzebna jest szybka decyzja, gdy konflikt dotyczy przedmiotów materialnych (a nie moralnych czy psychologicznych np. szacunek) oraz w przypadku krótkotrwałej relacji skonfliktowanych stron;

- kompromis czyli dojście do porozumienia przy jednoczesnym uwzględnieniu potrzeb i interesów strony przeciwnej oraz częściowej rezygnacji z własnych. Pozornie uznawany za jeden z najlepszych sposobów na rozwiązanie sytuacji konfliktowej, ale w rzeczywistości oznacza on niezaspokojenie pewnych potrzeb;
- współpracę oznaczającą dojście do porozumienia z uwzględnieniem wszystkich potrzeb i interesów obu skonfliktowanych stron. Współpraca oparta jest na otwartości, gotowości do przyjęcia perspektywy drugiej strony oraz gotowości do zmiany i pewnych ustępstw w przyjętych założeniach jako całości (B. Kłusek, 2009, s. 119-121; A. Lewicka-Zelent, A. Pytka, 2020, s. 16-17).

Sytuacje konfliktowe są nieodłącznym elementem życia każdego człowieka. Umiejętność ich rozwiązywania przekłada się na jego jakość życia. W przypadku osób osadzonych bardzo ważna jest umiejętność konstruktywnego rozwiązywania sytuacji konfliktowych, dlatego sprawdzono, w jaki sposób mężczyźni odbywający karę pozbawienia wolności rozwiązują konflikty.

Tabela 22. Style rozwiązywania konfliktów przez badanych mężczyzn (n=220) – statystyki opisowe

Styl rozwiązywania konfliktów	Min	Max	Me	Q1	Q3	M	Sd
Dostosowanie	16,667	75,000	41,667	33,333	50,000	44,394	12,343
Kompromisowość	8,333	91,667	50,000	41,667	66,667	53,333	16,172
Konkurowanie	8,333	91,667	50,000	41,667	60,417	52,121	14,420
Unikanie	16,667	91,667	50,000	41,667	58,333	46,667	12,343
Współpraca	16,667	91,667	58,333	41,667	66,667	53,409	16,172

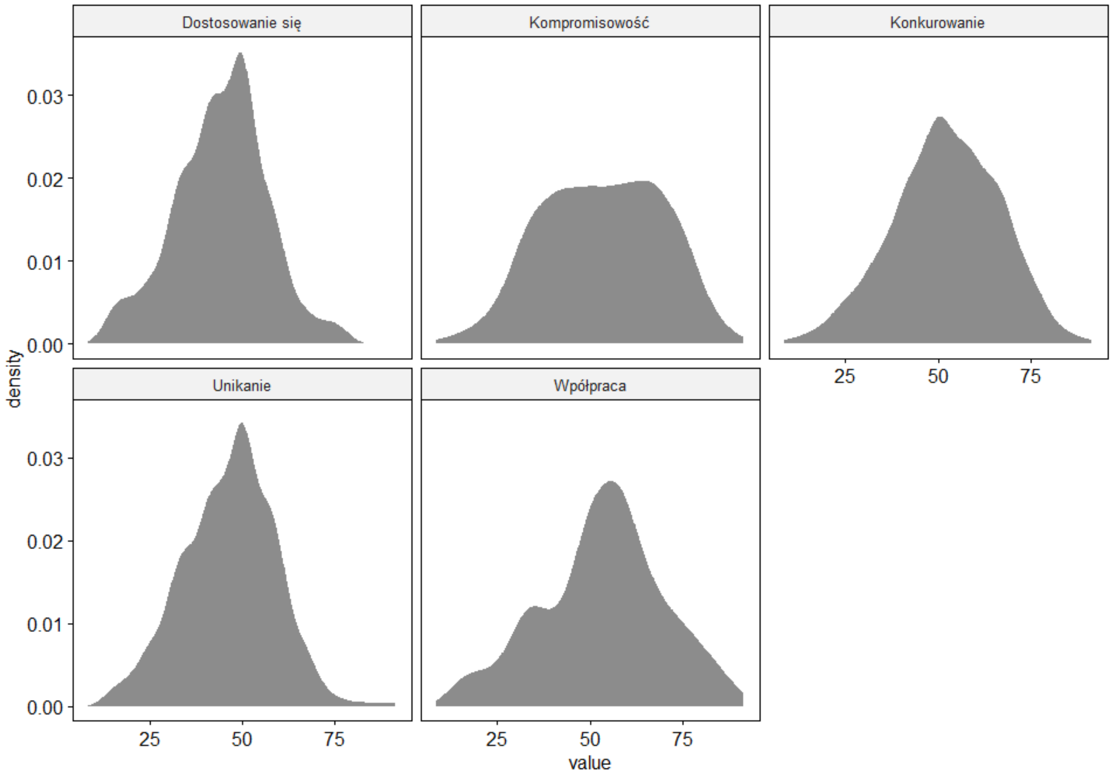
Źródło: opracowanie własne.

Uzyskane wyniki badań umieszczone w tabeli 22 wskazują, że badani mężczyźni, którzy są w okresie przygotowania do opuszczenia jednostki penitencjarnej potrafią w sposób konstruktywny rozwiązywać sytuacje konfliktowe. Najczęściej wybieraną przez nich formą była współpraca (M=53,409, Sd=16,172) oraz kompromis (M=53,333, Sd=16,172). Równie często skazani wybierali styl oparty na rywalizacji (M=52,121, Sd=14,420), a najrzadziej unikali sytuacji trudnej (M=46,667, Sd=12,343) lub się dostosowywali do niej (M=44,394, Sd=12,343).

Uzyskane wyniki świadczą o tym, że cześć mężczyzn biorących udział w badaniu w sytuacji konfliktowej nie tylko skupiała się na potrzebach własnych, ale potrafiła także

uwzględnić potrzeby i interesy strony przeciwnej. Z kolei osoby, które częściej rywalizowały nie wykazywały chęci do współpracy, a własne interesy przekładały na poprawę relacji z drugą osobą i rozwiązywanie sytuacji konfliktowych.

Uzyskane wyniki zaprezentowano w sposób graficzny na rysunku 9.



Rysunek 9. Gęstość rozkładu wyników poszczególnych stylów rozwiązywania konfliktów

Źródło: opracowanie własne.

W przypadku osób niedostosowanych społecznie niskie poczucie odpowiedzialności wiąże się z brakiem konstruktywnych i społecznie akceptowanych sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych np. rozwiązywania sytuacji konfliktowych (A. Lewicka-Zelent, A. Pytka, 2017, s. 50).

4.2. Umiejętności dotyczące życia codziennego i korzystania z różnorodnych form wsparcia badanych mężczyzn (n=220)

Problem badawczy szczegółowy: W jaki sposób skazani oceniają swoje umiejętności dotyczące życia codziennego i korzystania z różnorodnych form wsparcia?

Umiejętności związane z życiem codziennym takie jak: obsługa komputera, korzystanie z Internetu, bankomatu, paczkomatu, dokonywanie internetowych rezerwacji czy

zakupów są czymś koniecznym i niezwykle ważnym we współczesnym świecie. Niemniej jednak są pewne grupy społeczne, u których te umiejętności nie zostały rozwinięte lub zostały utracone. Jedną z takich grup są osoby skazane. Są one narażene na wykluczenie cyfrowe rozumiane jako wystąpienie nierówności pomiędzy osobami mającymi dostęp do technologii cyfrowych, informatycznych i wykazującymi umiejętność korzystania z nich a osobami, które takiego dostępu nie mają i nie potrafią go wykorzystać (E. J. Helsper, 2012, s. 403; W. M. Czerski, 2020, s. 66).

Osoby pozbawione wolności nie mają dostępu (lub jest on znacznie ograniczony) do codziennego korzystania z technologii cyfrowych. Szybkość zmian i rozwój tych technologii sprawia, że są oni grupą określaną jako „analfabeci cyfrowi". Brak dostępu do współczesnych urządzeń cyfrowych przyczynia się do wystąpienia trudności związanych z kontynuacją nauki, szukaniem pracy czy codziennym funkcjonowaniem w społeczeństwie po opuszczeniu przez nie zakładu karnego (D. Bogdanov, 2013, s. 363; H. Skrzyński, https://szansa-power.frse.org.pl/publikacje/umiejetnosci-podstawowe-wsrod-osob-pozbawionych-wolnosci/, dostęp z dnia 03.11.2021r.).

Wykluczenie społeczne oraz brak dostępu do technologii cyfrowych niesie za sobą szereg negatywnych konsekwencji. Szczególnie osoby, które opuściły placówki penitencjarne narażone są na: bezrobocie, ubóstwo, brak podstawowych środków do życia, niskie poczucie własnej wartości, godności czy jakości i sensu życia, a nawet depresję (A. Cudo, 2013, s.122-123).

Osoby opuszczające zakłady karne doświadczają wykluczenia społecznego, dlatego tak ważne jest nie tylko okazywanie im pomocy ze strony instytucji wspierających, ale także rozwijanie ich kompetencji związanych z poszukiwaniem pomocy oraz zgłaszaniem się po nią. Byli skazani to osoby stygmatyzowane, w związku z tym czują się wykluczeni ze społeczeństwa. Są postrzegani jako osoby winne swojej obecnej sytuacji. Korzystanie przez nich z pomocy instytucjonalnej jest odbierane jako wyraz słabości. Obniża się ich poziom samowystarczalności (I. Kudlińska, 2011, s. 63; G. Tica, M. Roth, 2012, s. 62).

Należy podkreślić, że korzystanie z pomocy innych osób (zajmujących się nią w sposób profesjonalny lub nie) i instytucji nie jest powodem do wstydu. Wręcz przeciwnie, jest oznaką konsekwencji związanej z podjęciem próby zmiany swojego życia. Umiejętności związane z korzystaniem z urządzeń cyfrowych jak również z pomocy innych są niezwykle ważne w przypadku osób opuszczających zakłady karne. Dlatego postanowiono sprawdzić, w jakim stopniu skazani potrafią wykorzystywać technologie cyfrowe w życiu codziennym oraz poszukiwać pomocy.

Tabela 23. Umiejętność wykonywania czynności związanych z codziennym życiem

Codzienne czynności	Zdecydowanie tak		Raczej tak		Raczej nie		Zdecydowanie nie	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Napisanie CV/ listu motywacyjnego	116	53,0	78	35,0	15	6,8	11	5,0
Poszukiwanie pracy	145	66,0	64	29,0	6	2,7	4	1,8
Wypełnienie PIT-u	55	25,0	55	25,0	67	31,0	40	18,0
Obsługa biletomatu, bankomatu, paczkomatu, parkometr itp.	154	70,0	45	20,0	14	6,4	7	3,2
Korzystanie z komputera i wyszukiwanie informacji w Internecie	148	67,0	52	24,0	14	6,4	6	2,7
Dokonanie rezerwacji biletu np. na pociąg, do kina, na autobus itp.	150	68,0	43	20,0	18	8,2	9	4,1
Radzenie sobie ze stresem	111	50,0	85	39,0	18	8,2	6	2,7
Rozwiązywanie sytuacji konfliktowych	98	45,0	97	44,0	17	7,7	8	3,6
Osiąganie celów	112	51,0	91	41,0	12	5,5	5	2,3
Rozmawianie ze swoimi dziećmi*	110	64,0	33	19,0	12	7,0	17	9,9

Źródło: opracowanie własne.

*na to pytanie odpowiedzi udzielali tylko mężczyźni, którzy mają dzieci.

Z danych zawartych w tabeli 23 wynika, że pierwsza grupa umiejętności dotyczących życia codziennego, w zakresie których wypowiadali się badani mężczyźni znajdujący się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego były związane z pracą. Zdecydowana większość z nich potrafiła napisach CV i list motywacyjnych. Odpowiedzi „zdecydowanie tak" udzieliło 53% badanych a „raczej tak" 35% badanych. Na zdecydowany brak takiej umiejętności wskazało 5% mężczyzn.

Kolejna umiejętność była związana z poszukiwaniem pracy. Ponad połowa skazanych zadeklarowała, że nie miałaby z tym żadnych problemów (66%), a co trzeci badany wskazał, że raczej by sobie poradził w takiej sytuacji. Trudności w tym zakresie miałoby 5% skazanych, z czego 2% z nich przyznało, że nie potrafiłoby odnaleźć się na rynku pracy.

Ostatnią umiejętnością odnoszącą się do kwestii związanych z pracą jest umiejętność wypełnienia PIT-u. Najwięcej badanych mężczyzn przyznało, że raczej nie potrafiłoby zrobić tego samodzielnie (31%), a na zdecydowany brak takiej umiejętności wskazało 18%

skazanych. Co czwarty skazany zadeklarował, że nie miałby większych trudności z przygotowaniem rozliczenia podatkowego.

Druga część umiejętności dotyczących życia codziennego związana była z postępem technologicznym, znajomością obsługi urządzeń elektronicznych oraz korzystania z komputera i Internetu. Zdecydowana większość skazanych mężczyzn zadeklarowała, że nie miałaby problemu z obsługą takich urządzeń jak: biletomat, paczkomat, parkometr czy bankomat (90%). Obsługa wskazanych urządzeń elektronicznych okazała się zdecydowaną trudnością dla 3% badanych, a dla 6% znacznym utrudnieniem. Obecnie niezwykle cenne i powszechne są zdolności związane z obsługą komputera i wyszukiwania informacji w Internecie. Skazani, których dostęp w tym zakresie jest znacznie ograniczony zadeklarowali, że nie mieli by z tym problemu. Odpowiedzi „zdecydowanie tak" udzieliło 67%, a „raczej tak" 24%. Trudności w tym zakresie miałoby 8% badanych, a 3% przyznało, że nie potrafiłyby poradzić sobie z takim zadaniem.

Skazani mężczyźni określali również poziom swoich umiejętności dokonania rezerwacji internetowej biletu na pociąg, do kina lub na autobus. Podobnie jak w przypadku korzystania z komputera i Internetu wielu ankietowanych mężczyzn wskazało, że zdecydowanie nie miałoby problemu z wykonaniem takiej czynności (68%), a co piąty z nich zadeklarował, że raczej by sobie poradził z dokonaniem rezerwacji internetowej. Do zdecydowanego braku takiej umiejętności przyznało się 4% skazanych, a 8% wyraziło duże wątpliwości, do swoich umiejętności w tym zakresie.

Ostatni zakres czynności, który oceniali skazani mężczyźni dotyczył ich sposobów radzenia sobie ze stresem, rozwiązywania konfliktów oraz osiągania celów. Stres jest nieodłącznym elementem życia każdego człowieka, dlatego tak ważne jest radzenie sobie z nim. Połowa badanych mężczyzn uznała, że zdecydowanie dobrze radzi sobie w sytuacjach stresowych, a 39%, że raczej dobrze. Trudności w tym zakresie ma 11% skazanych, z czego 3% przyznało, że zdecydowanie nie potrafi poradzić sobie w sytuacji stresowej.

Równie ważna jest zdolność do rozwiązywania konfliktów. Zdecydowanie dobrze i raczej dobrze radzi sobie z tym blisko połowa skazanych mężczyzn (odpowiednio: 45% i 44%). Trudności w tym zakresie miało 8% z nich, a zdecydowany brak tej umiejętności wystąpił u 4% ankietowanych.

Oprócz wymienionych wcześniej ważne były także umiejętności dotyczące osiągania celów życiowych. Wydaje się to szczególnie istotne w przypadku osób, które niebawem opuszczą placówkę penitencjarną. Dla połowy skazanych mężczyzn osiąganie celów nie stanowiło dużego problemu, 41% z nich przyznało, że raczej potrafi realizować swoje plany.

Z kolei 6% mężczyzn oceniło swój poziom umiejętności w tym zakresie jako niski, a 2% uznało, że zdecydowanie nie potrafi realizować swoich planów i osiągać założonych celów.

Do ostatniego twierdzenia dotyczącego kontaktów z dziećmi ustosunkowali się tylko skazani, którzy posiadali potomstwo. Najwięcej badanych stwierdziło, że pomimo swojej obecnej sytuacji potrafi rozmawiać ze swoimi dziećmi (64%), z czego 19% z nich przyznało, że raczej dobrze sobie z tym radzi . Na trudności w kontaktach wskazało 7%, a 10% badanych przyznało się do zdecydowanego braku tej umiejętności.

Uzyskane dane wskazują, że skazani mężczyźni biorący udział w badaniu posiadają umiejętności pozwalające im na samodzielne wykonywanie wielu czynności codziennych, w tym poszukiwanie pracy i wykorzystanie urządzeń elektronicznych. Można przypuszczać, że wynik ten związany jest z wiekiem osób badanych, którego średnia wyniosła 36 lat Badani są zatem w większości osobami młodymi, które prawdopodobnie przed przybyciem do zakładu karnego były uczestnikami rynku pracy oraz korzystały z tych urządzeń. Ponadto badani mężczyźni potwierdzają zdolność do konstruktywnego radzenia sobie w sytuacjach stresowych jak również rozwiązywania konfliktów i osiągania celów, co może być związane z ich trudnymi doświadczeniami i koniecznością radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

Dalszej analizie poddano uzyskane wyniki badanych mężczyzn w zakresie potrzeby uzyskania wsparcia po wyjściu z zakładu karnego.

Tabela 24. Profesjonalne i nieprofesjonalne wsparcie świadczone na rzecz osób skazanych

Osoba udzielająca wsparcia	Zdecydowanie tak		Raczej tak		Nie wiem		Raczej nie		Zdecydowanie nie	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Prawnik	22	10,0	6	2,7	19	8,7	14	6,4	158	72,0
Pracownik socjalny	21	9,7	15	6,9	31	14,0	18	8,3	131	61,0
Kurator sądowy	33	15,0	17	7,8	35	16,0	23	11,0	111	51,0
Psycholog	17	7,8	5	2,3	15	6,9	16	7,3	165	76,0
Mediator	8	3,7	1	0,5	12	5,5	12	5,5	184	85,0
Lekarz	49	22,0	15	6,9	23	11,0	15	6,9	116	53,0
Ksiądz	7	3,2	8	3,7	9	4,1	11	5,0	183	84,0
Inne	15	12,0	8	6,2	8	6,2	3	2,3	94	73,0

Źródło: opracowanie własne.

Z danych zawartych w tabeli 24 wynika, że zdecydowana większość skazanych mężczyzn nie odczuwała potrzeby uzyskania profesjonalnej pomocy ze strony prawnika (72%). Taką potrzebę dostrzegło w zdecydowanym stopniu 10% z nich i nieco mniejszym 3%

badanych, a 9% miało trudności z deklaracją. Kolejną osobą, która może w sposób profesjonalny świadczyć usługi na rzecz osób w trudnej sytuacji jest pracownik socjalny i takiej pomocy zdecydowanie potrzebowałoby 10% mężczyzn, 14% nie potrafiło określić zapotrzebowania na jego pomoc. Najwięcej badanych wskazało, że zdecydowanie nie potrzebuje pomocy z zakresu świadczeń społecznych (61%). Profesjonalnej pomocy i wsparcia udziela również kurator sądowy i okazuje się, że ponad połowa skazanych w mniejszym lub większym stopniu nie czuła potrzeby uzyskania jej od niego (62%). Potrzeba ta była widoczna u co czwartego badanego. Pobyt w zakładzie karnym niewątpliwie jest wydarzeniem stresującym, stąd niezbędna może okazać się pomoc psychologa. Wskazało na nią 10% badanych, a ponad $^{3}/_{4}$ z nich zadeklarowało, że zdecydowanie nie czuje potrzeby uzyskania pomocy o charakterze psychologicznym. Co raz częściej podkreśla się rolę i znaczenie pomocy ze strony mediatora, ale podobnie jak w innych przypadkach zdecydowana większość skazanych mężczyzn nie dostrzegła takiej potrzeby (91%). Udział w mediacji rozważało ok. 4% skazanych mężczyzn. Ostatnią osobą, która w sposób profesjonalny może udzielić pomocy byłym skazanym jest lekarz i blisko, co trzeci badany zadeklarował taką potrzebę. Ponad połowa badanych nie planowała skorzystać z tego rodzaju pomocy (60%), a 11% z nich nie wyraziło swojego zdania w tej kwestii.

Do osób, które zajmują się udzielaniem pomocy byłym skazanym zalicza się również księdza. Zdecydowana większość badanych uznała, że nie potrzebuje pomocy od osoby duchownej (89%), a tylko 7% zwróciło by się do księdza po pomoc czy poradę.

Powyższe wyniki mogą z jednej strony wynikać z braku zaufania do osób, których zadania koncentrują się na pomocy osobom przebywającym w zakładach karnych lub mających je opuścić (w szczególności związanych z wymiarem sprawiedliwości), jak również z ich negatywnych wcześniejszych doświadczeniach lub nieznajomości zakresu świadczonej przez nich pomocy.

4.3. Umiejętności komunikacyjne badanych mężczyzn (n=220)

Problem badawczy szczegółowy: Jak osoby skazane oceniają swoje umiejętności komunikacyjne?

Umiejętności komunikacyjne obok sposobów rozwiązywania konfliktów, strategii radzenia sobie ze stresem, wykorzystywania technologii cyfrowych czy korzystania z różnych form wsparcia są jednymi z podstawowych umiejętności niezbędnych w życiu codziennym.

W odniesieniu do osób zajmujących się udzielaniem, świadczeniem pomocy bardzo ważne są umiejętności komunikacyjne i ich przełożenie na oczekiwane efekty prowadzonych oddziaływań.

Komunikacja to wykorzystywanie werbalnych i niewerbalnych sposobów zachowania się w zależności od sytuacji i kontekstu. Sposób, w jaki przebiega proces komunikacji zależy od takich czynników jak: wiedza, doświadczenie, motywacja czy umiejętność zaangażowania się w danej sytuacji. Pobyt w placówce penitencjarnej wiąże się z deprywacją różnych potrzeb. Pojawiająca się w czasie izolacji frustracja czy wrogość mogą nasilać wystąpienie trudności komunikacyjnych. Praca z osobami pozbawionymi wolności wymaga nie tylko posiadania wiedzy i doświadczenia, ale przede wszystkim umiejętności przełożenia i dostosowania ich w celu minimalizacji pojawiających się barier komunikacyjnych i poprawy jakości samego komunikatu, tak by był zrozumiały dla odbiorcy (A. Kowalczyk, 2014, s. 103; K. Nanowska, 2018, s. 145).

W relacjach z innymi bardzo ważna jest umiejętność odczytywania komunikatów niewerbalnych, rozumianych jako pewne sygnały (np. kontakt wzrokowy, mimika twarzy, gesty, postawa ciała itp.) wysyłane przez rozmówców. Mogą one wskazywać na stany emocjonalne, samoocenę czy stosunek nadawcy do odbiorcy i odwrotnie (P. Olszewska, 2012, s. 113-114). W przypadku osób pozbawionych wolności bardzo ważne jest dostosowanie języka (komunikatu) do rozmówcy, tak by przekazywane informacje były zrozumiałe. Równe ważna jest umiejętność aktywnego słuchania, parafrazowanie jak również próba przyjęcia perspektywy drugiej strony. Należy brać także pod uwagę deficyty osób skazanych w zakresie umiejętności czytania i pisania. Kolejnym ważnym czynnikiem w procesie komunikacji jest nastawienie. Osoby zajmujące się świadczeniem pomocy i wsparcia dla osadzonych nie mogą przyjmować negatywnej postawy względem swojego podopiecznego, ponieważ proces komunikacji będzie zakłócony lub w znacznym stopniu utrudniony (T. D. Joseph, 2012, s. 117; http://spoldzielnie.org/uploaded/file/Innowacje/Podr%C4%99cznik%20narz%C4%99dzia%20pracy.pdf, dostęp z dnia: 03.11.2021r.).

Komunikacja to nie tylko wypowiadanie słów, ale także umiejętności związane z: aktywnym słuchaniem, odczytywaniem komunikatów niewerbalnych, okazywaniem zainteresowania rozmówcy, nie zarzucanie go dużą liczbą pytani czy unikanie odpowiedzi. Umiejętności komunikacyjne są nieodłącznym elementem życia każdego człowieka, dlatego postanowiono sprawdzić, jak skazani mężczyźni oceniają siebie w tym zakresie.

Tabela 25. Umiejętności komunikacyjne badanych mężczyzn (n=220)

Umiejętności komunikacyjne	Zdecydowanie tak		Raczej tak		Nie wiem		Raczej nie		Zdecydowanie nie	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Odczytywanie komunikatów niewerbalnych	51	23,0	98	45,0	50	23,0	18	8,2	3	1,4
Aktywne słuchanie	99	45,0	78	35,0	21	9,5	13	5,9	9	4,1
Wyrażanie swoich potrzeb	67	30,0	98	45,0	25	11,0	17	7,7	13	5,9
Szczere wyrażanie swoich emocji	54	25,0	87	40,0	33	15,0	28	13,0	18	8,2
Unikanie odpowiedzi na pytania	29	13,0	65	30,0	40	18,0	57	26,0	29	13,0
Okazywanie zdenerwowania, gdy ktoś nie słucha	44	20,0	46	21,0	34	15,0	64	29,0	34	15,0
Nie używanie gróźb podczas rozmowy	96	44,0	68	31,0	26	12,0	11	5,0	19	8,6
Brak krytyki wobec rozmówcy	52	24,0	68	31,0	35	16,0	33	15,0	31	14,0
Zarzucanie rozmówcy dużą liczbą pytań	34	15,0	68	31,0	31	14,0	66	30,0	21	9,5
Pouczanie rozmówcy	29	13,0	66	30,0	39	18,0	55	25,0	31	14,0
Obrona drugiej osoby podczas rozmowy	72	33,0	99	45,0	25	11,0	14	6,4	10	4,5
Pochwała rozmówcy	70	32,0	84	38,0	31	14,0	23	10,0	12	5,5
Powstrzymywanie się od moralizowania	42	19,0	87	40,0	48	22,0	33	15,0	10	4,5
Brak lekceważącego stosunku do rozmówcy	71	32,0	63	29,0	29	13,0	23	10,0	34	15,0

Źródło: opracowanie własne.

Do jednych z podstawowych umiejętności komunikacyjnych zalicza się odczytywanie komunikatów niewerbalnych. Z danych zaprezentowanych w tabeli 25 wynika, że blisko połowa osób badanych raczej dobrze poradziłaby sobie z nimi (45%). Niespełna co czwarty skazany zadeklarował, że zdecydowanie potrafiłby odczytać niewerbalny komunikat swojego rozmówcy i tyle samo badanych nie potrafiło tego określić. Do trudności w tym zakresie przyznało się 10%

mężczyzn. Inną ważną umiejętnością jest aktywne słuchanie, z którym zdecydowanie nie miało problemu 45% skazanych. Raczej dobrze tę umiejętność oceniło 35% badanych, a 10% przyznało się, że nie było to ich najmocniejszą stroną.

Przeanalizowano także potrzeby skazanych związane z wyrażaniem swoich oczekiwań i emocji. Niezwykle ważną umiejętnością jest swobodne i otwarte wyrażanie swoich potrzeb. Zapobiega to pojawianiu się niedomówień czy występowaniu konfliktów. Trzy czwarte skazanych określiło swoje umiejętności w tym zakresie jako zdecydowanie dobre i raczej dobre. Najmniej skazanych uznało, że nie posiada umiejętności wyrażania swoich potrzeb (6%), a trudności z dokonaniem oceny w tym zakresie miało 11% ankietowanych. Inną ważną umiejętnością związaną z komunikacją jest szczere wyrażanie swoich emocji. Dla ponad połowy skazanych mężczyzn nie stanowiło to trudności (55%). Na pojawiające się problemy w tym zakresie wskazało 13% mężczyzn, a 8% przyznało, że ma zdecydowane problemy z przełamaniem się i wyrażeniem swoich emocji.

Dalszej analizie poddano czynniki, które w różnym stopniu mogą warunkować proces komunikacji. Jednym z nich jest unikanie odpowiedzi na zadane pytanie.

Taka postawa stosunkowo często widoczna była u 13% badanych mężczyzn i tyle samo z nich opowiedziało się za brakiem takiego postępowania w swoim zachowaniu. Blisko, co trzeci skazany przyznał, że zdarzało mu się unikać odpowiedzi, a niewiele mniej osób wskazało, że raczej tak nie robiło (26%). Trudności z określeniem tego czynnika miało 18% mężczyzn.

Drugim elementem, który również może zakłócać poprawny przebieg procesu komunikacji jest okazywanie zdenerwowania, gdy rozmówca nie słucha. Na problemy w tym aspekcie wskazałko 41% skazanych mężczyzn, z czego co piąty przyznał, że zdarzało mu się to zdecydowanie często. Po tyle samo osób zadeklarowało zdecydowany brak takich reakcji, jak też trudności z ich określeniem (15%).

Kolejną barierą w komunikacji są groźby używane podczas rozmowy. Siedemdziesiąt pięć procent skazanych nie używało ich w stosunku do drugiej osoby. Takie sytuacje zdecydowanie często miały miejsce w przypadku 9% badanych i raczej często 6% przypadków.

Obok powstrzymywania się przed groźbami równie ważna jest umiejętność związana z brakiem wyrażania krytyki wobec swojego rozmówcy. Nieco ponad połowa skazanych mężczyzn zadeklarowała, że potrafi powstrzymać się przed krytyką (51%). Zbliżona liczba osób wskazała, że nie potrafi nie krytykować lub udaje jej się to w niewielkim stopniu, lub ma trudności z oceną tej umiejętności (15%).

Kolejną barierą, z którą spotykamy się w procesie komunikacji jest zarzucanie rozmówcy dużą liczbą pytań. Blisko połowa badanych mężczyzn przyznała, że w mniejszym lub większym stopniu zdarza im się zadawać zbyt dużo pytań, co może utrudniać prawidłową komunikację (46%). Mniej osób osób skazanych starało się tego unikać (39%), a 14% nie potrafiło określić tej bariery. Innym czynnikiem stanowiącym barierę pomiędzy rozmówcami jest pouczanie drugiej osoby. Jedna trzecia grupy zadeklarowała, że poucza inne osoby, a 39% z nich przyznało że tego nie robi.

Komunikacja jest procesem dwustronnym, w którym ważna jest także postawa i wzajemne nastawienie pomiędzy nadawcą i odbiorcą. Obok czynników, które utrudniają proces komunikacji należy wskazać również te, które mogą przyczynić się do wzrostu jego jakości. Jednym z takich elementów jest umiejętność obrony drugiej osoby. Dotyczyło to 78% osób skazanych. W co trzecim przypadku w znacznym stopniu. Na zdecydowany brak takiej umiejętności wskazało 5% mężczyzn, a 11% nie wyraziło swojego stanowiska w tym aspekcie.

Drugim czynnikiem mogącym poprawić proces komunikacji jest pochwała rozmówcy, którą potrafiła wyrazić zdecydowana większość skazanych (70%). Do braku tej umiejętności w mniejszym lub znacznym stopniu przyznało się 16% z nich.

Kolejnym pozytywnym czynnikiem jest umiejętność powstrzymywania się od moralizowania. Ponad połowa badanych mężczyzn przyznała, że moralizuje i poucza innych (59%). Zdecydowany brak tej umiejętności dotyczył 6% badanych. Co piąty badany nie ustosunkował się do tego twierdzenia.

Ostatnim analizowanym czynnikiem był brak lekceważącego stosunku do rozmówcy. Umiejętność tę zadeklarowała ponad połowa skazanych mężczyzn (61%), a co czwarty z nich przyznał, że zdarza mu się przyjmować postawę lekceważącą.

Uzyskane wyniki świadczą o stosunkowo dobrej ocenie umiejętności komunikacyjnych w samoopisie skazanych. Opisane elementy procesu komunikacyjnego wskazują na ich zrozumienie przez osoby badane, co niewątpliwie może ułatwić im późniejsze życie po opuszczeniu zakładu karnego.

4.4. Sytuacja osób skazanych będących w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego związana z opuszczeniem jednostki penitencjarnej (n=220)

W badaniu uczestniczyli skazani mężczyźni w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego. W autorskim kwestionariuszu ankiety poproszono ich o dokończenie kilku zdań dotyczących ich sytuacji związanej z opuszczeniem jednostki penitencjarnej.

W pierwszej kolejności badani mężczyźni wypowiedzieli się na temat tego, co będą mogli robić po opuszczeniu zakładu karnego. W uzyskanych odpowiedziach skazani najczęściej podkreślali, że po opuszczeniu zakładu będą mogli: wrócić do rodziny, naprawić relacje rodzinne lub założyć rodzinę. Widoczne jest to w takich stwierdzeniach: *Więcej czasu spędzać z córką, Wrócić do rodziny, Zobaczyć córkę, Zabrać, dzieci na długie wakacje, Odwiedzić całą swoja rodzinę, Zająć się córką i rodzicami, Wrócić do domu, porozmawiać szczerze z żoną i dziećmi, przytulić. Spotkać się z resztą rodziny i za wszystko bardzo im podziękować, Nadrobić stracony czas dla bliskich*. Podobnych odpowiedzi udzieliło 45% badanych. Co trzeci mężczyzna wskazywał, że będzie to nowy etap w życiu, który pozwoli zacząć wszystko od nowa i „normalnie żyć" (32%). Pojawiły się następujące odpowiedzi: *Zacząć nowe życie, Normalnie funkcjonować, Być wolnym człowiekiem, Zacząć od nowa wszystko, Żyć normalnie, Wrócić do normalności*. Kolejną aktywnością, którą badani będą mogli robić po opuszczeniu zakładu jest podjęcie zatrudnienia (16%). Ankietowani wskazywali, że będą mogli: *Pracować i normalnie funkcjonować, Podjąć pracę uczciwą, Podjąć pracę zarobkową, Wrócić do pracy, Pójść do pracy*. Z kolei 4% badanych będzie miało możliwość realizacji swoich podstawowych potrzeb, takich jak: *Wyspanie się, Zjedzenie czegoś dobrego, Zjedzenie pizzy*. Jedna osoba wskazała, że będzie mogła kontynuować edukację i rozpocząć studia, a dla dwóch opuszczenie zakładu karnego będzie powrotem do uzależnienia od alkoholu.

Drugie twierdzenie dotyczyło obaw związanych z opuszczeniem zakładu karnego. Zdecydowana większość badanych mężczyzn stwierdziła, że nie obawia się tego (79%). Co piąty skazany mężczyzna przyznał, że obawia się opuszczenia zakładu. Wskazywali oni na: *Reakcję córki, Ze względu na to, że jestem nieprzygotowany na wolność, bez przepustek, Że córka nie będzie mnie pamiętać, Że mogę sobie nie poradzić w życiu***,** *Bo lubię pić, Żebym znów nie przyszedł do więzienia, Powrotu do uzależnienia od alkoholu i narkotyków, Bo wszystko będzie na mojej głowie, Ponieważ mogę sobie nie poradzić z trudnościami, które mnie czekają, Bo nie wiem, co mnie czeka*.

Następnie mężczyźni biorący udział w badaniu wypowiedzieli się na temat tego, czym będzie dla nich opuszczenie zakładu karnego. Połowa mężczyzn twierdziła, że będą to nowe możliwości związane z realizacją celów i planów życiowych. W ich wypowiedziach pojawiało się: *Pozwoli mi rozwijać moje plany życiowe, Otworzy mi drogę do osiągnięcia celów, Da mi wiele możliwości, Będzie dla mnie nową szansa w życiu, Jest moim największym marzeniem, Umożliwi mi rozpocząć życie na nowo, Daje mi możliwość pójścia do pracy, To początek realizacji założonych planów, Niesie ze sobą wyzwania, Będę mógł zrealizować swoje plany*. Blisko co piąty skazany wskazał, że będzie to rozpoczęcie nowego życia i powrót do wolności. Podkreślali oni, że: *Da mi szanse na dalsze życie, To chwila na nowy start, Umożliwi mi rozpocząć życie na nowo, Jest wolnością, Kojarzy mi się z wolnością*. Podkreślali, że będzie to najszczęśliwszy dzień w ich życiu (9%). Pojawiły się takie odpowiedzi jak: *Będzie szczęściem, Bardzo mnie cieszy, Najszczęśliwszy dzień, Wpłynie pozytywnie na moje samopoczucie, To szczęśliwa chwila, Będzie najszczęśliwszym dniem w moim życiu i mojej rodziny, Będzie spoko, To najlepszy dzień w życiu, Będzie moim najszczęśliwszym dniem.* Dla 8% badanych będzie to szansa na sprawdzenie siebie. Widoczne jest to w następujących odpowiedziach: *Będzie dla mnie krokiem na przód, Nauczy mnie przestrzegania prawa, Udowodni mi, że wszystko mogę, To wysoko postawiona poprzeczka, z która muszę się zetknąć, Pozwoli mi się sprawdzić czy dam radę być trzeźwy, Będzie pierwszą rzecz a, którą dobrze wykorzystam, Da mi możliwość decydowania samemu, Niesie ze sobą wyzwania.* Trzy osoby przyznały, że opuszczenie zakładu karnego wyzwala w nich obawę i wywołuje strach. Odpowiedzieli oni: *Jest dla mnie wielkim stresem, To wysoko postawiona poprzeczka, z która muszę się zetknąć, To jak spacer w nieznane*.

Ostatnie twierdzenie, do którego badani mężczyźni ustosunkowali się odnosiło się ich potrzeb po wyjściu w zakładu karnego. Co trzeci skazany mężczyzna chciałby pracować. Widoczne jest to w takich odpowiedziach jak: *Podjąć prace w firmie budowlanej, spłacić długi i zarobić na rodzinę, Podjąć legalne zatrudnienie, Podjąć pracę, Podjąć pracę, znaleźć mieszkanie i powrócić normalnie do społeczeństwa, Od razu zacząć pracę i odrobić stracony czas, Wrócić do pracy, w której pracowałem przed przybyciem do zk, Podjąć pracę, znaleźć stałe miejsce zamieszkania*. Dla mężczyzn przebywających w izolacji bardzo ważna jest rodzina, utrzymywanie z nią kontaktów, poprawa tych relacji lub założenie rodziny własnej. Tak zadeklarowało 26% badanych, którzy podawali, że chcieliby: *Być z rodziną, Spotkać się z rodziną i bliskimi, Powrócić do rodziny, Mieć syna, Widzieć córkę, Wrócić do domu, znaleźć pracę, uczestniczyć w życiu całej rodziny, Pojechać na wakacje z rodziną i dokończyć budowę domu, Zapewnić rodzinie dobry byt, Dużo czasu spędzać z rodziną,*

Jechać na wakacje z dziećmi. Obok rodziny ważna okazała się potrzeba „normalnego życia" (16%). Mężczyźni wskazywali, że chcieliby*: Zacząć nowe życie, Żyć normalnie, Normalnie żyć, Ułożyć sobie, ustabilizować swoje życie, Będę funkcjonował wśród społeczeństwa, Być normalnym człowiekiem, dojść do tego, co straciłem.* Wśród uzyskanych odpowiedzi, pojawiały się również takie, które wskazują na chęć i potrzebę realizacji swoich planów i marzeń: *By wszystko się udało, Zjeść coś dobrego, Pojechać na wakacje, Zjeść coś słodkiego, Być trzeźwy i robić rzeczy, które chcę zrobić już jakiś czas, Żeby udało się to co planuję, Spłacić długi, nie tylko te finansowe, Wrócić do domu i osiągnąć cele*. Na takie potrzeby wskazało 11% badanych mężczyzn. Nieco mniej osób nie chce już nigdy wrócić do zakładu karnego (10%). Pojawiły się takie odpowiedzi jak: *Już więcej nie wrócić do zk, Już nie wracać do więzienia, Nigdy tu nie wrócić, Nie wrócić tu, Nigdy nie wrócić*. Cztery procent skazanych mężczyzn po opuszczaniu zakładu karnego chciałoby zacząć wszystko od nowa. Odpowiadali oni: *Zacząć od nowa, Od nowa zacząć żyć zgodnie z prawem, Zacząć nowe życie, Zacząć wszystko od nowa*. Dodatkowo dwie osoby wskazały, że po opuszczeniu zakładu karnego chciałyby wyjechać za granicę.

Wypowiedzi skazanych mężczyzn jednoznacznie wskazują, że po opuszczeniu zakładu chcieliby rozpocząć „nowe życie". Badani podkreślali znaczenie rodziny (jej założenia i odbudowy relacji) oraz znalezienia pracy. Równie ważne jest dla nich wytrwanie w swoich postanowieniach, szczególnie tych, które odnoszą się do zmiany życia i nie powrócenia więcej do zakładu karnego.

4.5. Psychospołeczne funkcjonowanie osób skazanych po udziale w autorskim programie readaptacji społecznej

W niniejszej części rozdziału empirycznego zaprezentowano wyniki badań dotyczące psychospołecznego funkcjonowania mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności z podziałem na grupę eksperymentalną i kontrolną. Kolejno omówione zostały rezultaty badanych w zakresie poczucia odpowiedzialności i własnej skuteczności, radzenia sobie ze stresem, stylów rozwiązywania konfliktów, umiejętności życia codziennego, korzystania z różnych form wsparcia oraz umiejętności komunikacyjnych.

4.5.1. Poczucie odpowiedzialności badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

Problem badawczy szczegółowy: Jakie zmiany zaszły w zakresie psychospołecznego funkcjonowania osób skazanych znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego w zakresie ich poczucia odpowiedzialności i własnej skuteczności, strategii radzenia sobie ze stresem oraz stylów rozwiązywania konfliktów między pomiarem dokonanym przed i po realizacji autorskiego programu readaptacji społecznej?

W pierwszym pomiarze, poszukiwano istotnych statystycznie różnic pomiędzy grupą eksperymentalną i kontrolną w zakresie poczucia odpowiedzialności.

Tabela 26. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie poczucia odpowiedzialności w pierwszym pomiarze (pretest)

	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Poczucie odpowiedzialności	K	1	18,91	3,35	-0,34	0,7
	E	1	18,95	4,31		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest

Analiza statystyczna wykazała, że pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej w pierwszym pomiarze (pretest) nie wystąpiły różnice istotne statystycznie w zakresie poczucia ich odpowiedzialności.

W dalszej kolejności sprawdzono czy wystąpiły różnice pomiędzy pomiarem początkowym a końcowym w grupie eksperymentalnej i kontrolnej w zakresie poczucia odpowiedzialności badanych mężczyzn.

Tabela 27. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie poczucia odpowiedzialności pomiędzy pierwszym i drugim pomiarem

	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Poczucie odpowiedzialności	K	1	19,22	3,46	2,1	0,04*
		2	18,91	3,35		
	E	1	18,95	4,31	0,22	0,8
		2	18,81	3,70		

Źródło: opracowanie własne.

K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, 2- posttest, *- wynik istotny statystycznie

Przeprowadzone analizy z wykorzystaniem testu t-Studenta dla prób zależnych wykazały różnice istotne statystycznie (p<0,05) w zakresie poczucia odpowiedzialności badanych mężczyzn z grupy kontrolnej. W drugim pomiarze uzyskali oni istotnie niższe wyniki (M=18,91, Sd=3,46) w porównaniu do pomiaru pierwszego (M=19,22, Sd=3,46). Z danych zawartych w powyższej tabeli wynika także, że między średnimi wynikami skazanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej w zakresie poczucia odpowiedzialności nie wystąpiły istotne statystycznie różnice.

W dalszej kolejności zaprezentowano różnice pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez skazanych mężczyzn w zakresie ich poczucia odpowiedzialności w drugim pomiarze.

Tabela 28. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie poczucia odpowiedzialności w drugim pomiarze (posttest)

	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Poczucie odpowiedzialności	K	2	18,91	3,35	-0,14	0,9
	E	2	18,95	4,31		

Źródło: opracowanie własne.

K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 2- posttest

Pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej w drugim pomiarze (posttest) nie wystąpiły istotne statystycznie różnice w zakresie ich poczucia odpowiedzialności.

W celu zmniejszenia ryzyka błędu selekcyjnego z uwagi na zastosowany plan quasi eksperymentalny do modelu włączono zmienne uboczne i sprawdzono ich stopień zależności z przeprowadzonymi zajęciami w grupie eksperymentalnej.

Tabela 29. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,60	-1,00, 2,2	0,5
wiek	0,04	-0,04, 0,12	0,3
miejsce zamieszkania	0,37	-1,2, 1,9	0,6
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-2,3	-5,0, 0,41	0,10
średnie	-1,2	-4,0, 1,5	0,4
zawodowe	-3,1	-5,9, -0,34	0,03*
wyższe	-1,5	-6,5, 3,5	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	2,3	-0.25, 4,8	0,08
rozwiedziony	2,5	0,12, 4,8	0,04*
wdowiec	-2,3	-7,6, 2,9	0,4
partner	1,3	-0,88, 3,6	0,2
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	0,14	-4,9, 5,2	0,9
programowanego oddziaływania	0,70	-1,1, 2,5	0,4
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,51	-5,7, 4,7	0,8
zamknięty	-0,69	-5,8, 4,4	0,8
grupa * pomiar eksperymentalna	0,17	-1,2, 1,5	0,8

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Jak wskazują uzyskane rezultaty przeprowadzenie warsztatów nie miało istotnego znaczenia dla poziomu poczucia odpowiedzialności skazanych mężczyzn. Zastosowany model pozwolił wykazać wystąpienie istotnych statystycznie różnic w grupie, w której przeprowadzony został autorski program readaptacji społecznej w przypadku dwóch zmiennych ubocznych w pomiarze drugim. Okazało się, że wystąpiły różnice istotne statystycznie w zakresie wykształcenia oraz stanu cywilnego ($p<0,05$). Osoby z wykształceniem zawodowym miały o 3,1 pkt. niższy poziom poczucia odpowiedzialności w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym. W przypadku zmiennej odnoszącej się do stanu cywilnego, mężczyźni po rozwodzie charakteryzowali się wyższym poziomem poczucia odpowiedzialności w porównaniu do mężczyzn samotnych. Różnica wynosi 2,5 punktu. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

4.5.2. Poczucie własnej skuteczności badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

Kolejną zmienną w zakresie psychospołecznego funkcjonowania skazanych mężczyzn, poddaną wnikliwej analizie było poczucie własnej skuteczności. W pierwszej kolejności sprawdzono czy wystąpiły istotne statystycznie różnice pomiędzy średnimi wynikami badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej w pomiarze pierwszym (pretest).

Tabela 30. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie poczucia własnej skuteczności w pierwszym pomiarze (pretest)

	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Poczucie odpowiedzialności	K	1	29,68	4,67	0,36	0,7
	E	1	30,00	3,71		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest.

Przeprowadzone analizy nie wykazały istotnych statystycznie różnic pomiędzy średnimi wynikami w zakresie poczucia własnej skuteczności uzyskanymi w pierwszym pomiarze przez skazanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej znajdującymi się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego.

Następnie sprawdzono czy wystąpiły istotne statystycznie różnice w badanych grupach w zakresie poczucia odpowiedzialności pomiędzy pierwszym a drugim pomiarem.

Tabela 31. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie poczucia własnej skuteczności pomiędzy pierwszym i drugim pomiarem

	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Poczucie własnej skuteczności	K	1	29,68	4,67	0,00	0,9
		2	29,68	4,57		
	E	1	30,00	3,71	-1,0	0,3
		2	30,79	4,33		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, 2- posttest

Z danych zawartych w 31 tabeli wynika, że pomiędzy średnimi wynikami badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej nie wystąpiły różnice istotne statystycznie w zakresie poczucia własnej skuteczności pomiędzy pierwszym i drugim pomiarem.

Sprawdzono również czy skazani mężczyźni z grupy kontrolnej i eksperymentalnej różnią się w sposób istotny statystycznie w zakresie poczucia własnej skuteczności po udziale w warsztatach z zakresu przygotowania do opuszczenia zakładu karnego (posttest).

Tabela 32. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie poczucia własnej skuteczności w drugim pomiarze (posttest)

	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Poczucie odpowiedzialności	K	2	29,68	4,57	1,2	0,2
	E	2	30,79	4,33		

Źródło: opracowanie własne.

K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 2- posttest

Powyższe dane wskazują, że pomiędzy średnimi wynikami badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej nie wystąpiły istotne statystycznie różnice w drugim pomiarze, w zakresie poczucia własnej skuteczności.

Następnie dokonano analizy powiązań między zmiennymi ubocznymi a przeprowadzonymi warsztatami w grupie eksperymentalnej.

Tabela 33. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	-0,78	-2,6, 10	0,4
wiek	-0,02	-0,11, 0,06	0,6
miejsce zamieszkania	0,19	-1,5, 1,9	0,8
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	1,2	-1,9, 4,2	0,5
średnie	0,54	-2,5, 3,6	0,7
zawodowe	3,5	0,35, 6,6	0,03*
wyższe	-0,24	-5,8, 5,3	0,9
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-1,6	-4,4, 1,3	0,3
rozwiedziony	0,45	-2,2, 3,1	0,7
wdowiec	4,4	-1,5, 10	0,15
partner	2,4	-0,06, 4,9	0,06~
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,17	-5,8, 5,4	0,9
programowanego oddziaływania	1,4	-0,63, 3,3	0,2
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	4,1	-1,7, 10,0	0,2
zamknięty	4,6	-1,1, 10	0,12
grupa * pomiar eksperymentalna	0,79	-0,87, 2,5	0,4

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie; ~ - tendencja statystyczna.

Uzyskane wyniki wskazują, że przeprowadzone zajęcia nie przyczyniły się do wzrostu poczucia własnej skuteczności skazanych mężczyzn (p<0,4). Zmienna wykształcenie (p<0,05) zróżnicowała badaną grupę. Osoby z wykształceniem zawodowym miały wyższy poziom poczucia własnej skuteczności w porównaniu do osób, które edukację zakończyły na szkole podstawowej, różnica wynosiła 3,5 pkt. Kolejna zmienną różnicującą badanych mężczyzn okazał się stan cywilny (p=0,06). Osoby pozostające w związku nieformalnym uzyskały w tej kategorii o 2,4 pkt. mniej, w porównaniu do osób samotnych. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

4.5.3. Strategie radzenia sobie ze stresem badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

W dalszej części sprawdzono czy wystąpiły różnice pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi w pierwszym pomiarze przez grupę eksperymentalną i kontrolną w zakresie sposobów radzenia sobie ze stresem badanych mężczyzn.

Tabela 34. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie sposobów radzenia sobie ze stresem w pierwszym pomiarze (pretest)

Sposoby radzenia sobie ze stresem	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Aktywne radzenie sobie	K	1	4,396	1,284	-1,7	0,08
	E	1	3,979	1,082		
Planowanie	K	1	4,021	1,422	-0,79	0,4
	E	1	3,812	1,161		
Pozytywne przewartościowanie	K	1	3,271	1,410	0,00	0,9
	E	1	3,271	1,498		
Akceptacja	K	1	3,375	1,496	0,27	0,8
	E	1	3,458	1,501		
Poczucie humoru	K	1	2,021	1,695	-0,40	0,7
	E	1	1,896	1,341		
Zwrot ku religii	K	1	2,292	2,021	-1,9	0,07~
	E	1	1,583	1,711		
Poszukiwanie	K	1	2,792	1,597	0,13	0,9

wsparcia emocjonalnego	E	1	2,833	1,562		
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	K	1	3,021	1,391	-1,7	0,08
	E	1	2,458	1,762		
Zajmowanie się czymś innym	K	1	3,292	1,725	0,58	0,6
	E	1	3,500	1,822		
Zaprzeczanie	K	1	1,750	1,670	-1,0	0,3
	E	1	1,438	1,500		
Wyładowanie	K	1	2,188	1,722	1,6	0,10
	E	1	2,729	1,498		
Zażywanie substancji psychoaktywnych	K	1	1,438	1,636	0,87	0,4
	E	1	1,750	1,874		
Zaprzestanie działań	K	1	1,792	1,611	-0,91	0,4
	E	1	1,521	1,271		
Obwinianie siebie	K	1	2,500	1,714	1,4	0,2
	E	1	3,000	1,762		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, * - wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna

Pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej w pierwszym pomiarze (pretest) nie wystąpiły istotne statystycznie różnice. Niemniej jednak wystąpiła tendencja w zakresie zwrotu ku religii (p=0,07) oraz poszukiwania wsparcia instrumentalnego (p=0,08) jako sposobów radzenia sobie ze stresem. U skazanych z grupy kontrolnej widoczna była większa skłonność do wyboru strategii związanej ze zwrotem ku religii (M=2,29, Sd=2,02) w porównaniu do skazanych z grupy eksperymentalnej (M=1,58, Sd=1,71). Z kolei w zakresie poszukiwania wsparcia o charakterze instrumentalnym skłonność ta była bardziej widoczna u mężczyzn z grupy eksperymentalnej (M=3,02, Sd=1,39) w porównaniu z mężczyznami z grupy kontrolnej (M=2,46, Sd=1,76). Pozostałe sposoby radzenia sobie ze stresem nie zróżnicowały w sposób istotny statystycznie wyników badanych mężczyzn znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego.

Następnie sprawdzono wystąpienie różnic pomiędzy pomiarem początkowym a końcowym w obu badanych grupach mężczyzn.

Tabela 35. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie sposobów radzenia sobie ze stresem pomiędzy pierwszym i drugim pomiarem

Sposoby radzenia sobie ze stresem	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Aktywne radzenie sobie	K	1	4,396	1,284	0,00	0,9
		2	4,396	1,300		
	E	1	3,979	1,082	0,00	0,9
		2	3,979	0,978		
Planowanie	K	1	4,021	1,422	0,00	0,9
		2	4,021	1,422		
	E	1	3,812	1,161	0,75	0,5
		2	3,625	1,024		
Pozytywne przewartościowanie	K	1	3,271	1,410	-0,53	0,6
		2	3,312	1,446		
	E	1	3,271	1,498	-0,84	0,4
		2	3,500	1,052		
Akceptacja	K	1	3,375	1,496	-0,65	0,5
		2	3,438	1,529		
	E	1	3,458	1,501	2,1	0,04*
		2	2,958	1,237		
Poczucie humoru	K	1	2,021	1,695	-0,63	0,5
		2	2,062	1,791		
	E	1	1,896	1,341	-2,2	0,04*
		2	2,438	1,335		
Zwrot ku religii	K	1	2,292	2,021	1,2	0,3
		2	2,208	2,010		
	E	1	1,583	1,711	-1,0	0,3
		2	1,854	1,487		
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	K	1	2,792	1,597	-0,31	0,8
		2	2,833	1,576		
	E	1	2,833	1,562	-0,84	0,4

		2	3,104	1,309		
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	K	1	3,021	1,391	-1,4	0,2
		2	3,125	1,393		
	E	1	2,458	1,762	-1,2	0,2
		2	2,833	1,478		
Zajmowanie się czymś innym	K	1	3,292	1,725	-1,3	0,2
		2	3,375	1,734		
	E	1	3,500	1,822	-1,3	0,2
		2	4,625	5,855		
Zaprzeczanie	K	1	1,750	1,670	-1,6	0,11
		2	1,875	1,658		
	E	1	1,438	1,500	-4,2	<0,001*
		2	2,521	1,185		
Wyładowanie	K	1	2,188	1,722	0,53	0,6
		2	2,146	1,762		
	E	1	2,729	1,498	-0,46	0,6
		2	2,833	1,310		
Zażywanie substancji psychoaktywnych	K	1	1,438	1,636	-1,9	0,05*
		2	1,646	1,578		
	E	1	1,750	1,874	-1,0	0,3
		2	2,062	1,951		
Zaprzestanie działań	K	1	1,792	1,611	-0,33	0,7
		2	1,812	1,697		
	E	1	1,521	1,271	-2,4	0,02*
		2	2,083	1,397		
Obwinianie siebie	K	1	2,500	1,714	-1,0	0,3
		2	2,604	1,783		
	E	1	3,000	1,762	0,94	0,4
		2	2,708	1,129		

Źródło: opracowanie własne.

K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie

Analiza średnich wyników, uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej w początkowym i końcowym pomiarze, wykazała istotną statystycznie różnicę w zakresie zażywania substancji psychoaktywnych jako sposobu radzenia sobie ze stresem (p<0,05). Skazani mężczyźni znajdujący się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego w drugim pomiarze uzyskali istotnie wyższe wyniki (M=1,65, Sd=1,58) w porównaniu do pomiaru początkowego (M=1,44, SD=1,64). Z kolei między średnimi wynikami uzyskanymi przez mężczyzn biorących udział w warsztatach pomiędzy pomiarem początkowym i końcowym wystąpiły różnice istotne statystycznie w czterech sposobach radzenia sobie ze stresem (p<0,05). Mężczyźni biorący udział w warsztatach uzyskali w zakresie akceptacji istotnie wyższe wyniki w pomiarze pierwszym (M=3,46, Sd=1,50) niż w pomiarze drugim (M= 2,96, Sd=1,24). Z kolei w przypadku strategii odwołującej się do poczucia humoru w sytuacji stresowej, skazani uzyskali istotnie wyższe średnie wyniki w drugim pomiarze (M=2,44, Sd=1,34) w porównaniu do pomiaru pierwszego (M=1,90, Sd=1,34). Również w przypadku zaprzeczania i zaprzestania działań istotnie wyższe wyniki badani uzyskali po udziale w warsztatach (M=2,52, Sd=1,18) i (M=2,08, Sd=1,40) w porównaniu do pomiaru dokonanego przed rozpoczęciem zajęć (M=1,44, Sd=1,50) i (M=1,52, Sd=1,27). Pozostałe różnice w obu grupach okazały się nieistotne statystycznie.

Wyniki uzyskane przez badanych mężczyzn wskazują, że w sytuacjach, które wywołują u nich stres istotne znaczenie ma dla nich wiara. Może to oznaczać, iż istotne jest dla nich wsparcie duchowe i wartości, którymi kierują się w życiu.

W dalszej części sprawdzono czy wystąpiły istotne różnice pomiędzy grupą eksperymentalną i kontrolną w drugim pomiarze.

Tabela 36. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie sposobów radzenia sobie ze stresem pomiędzy drugim pomiarem (posttest)

Sposoby radzenia sobie ze stresem	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Aktywne radzenie sobie	K	2	4,396	1,300	-1,8	0,07~
	E	2	3,979	0,978		
Planowanie	K	2	4,021	1,422	-1,6	0,12
	E	2	3,625	1,024		
Pozytywne przewartościowanie	K	2	3,312	1,446	0,73	0,5
	E	2	3,500	1,052		
Akceptacja	K	2	3,438	1,529	-1,7	0,09

	E	2	2,958	1,237		
Poczucie humoru	K	2	2,062	1,791	1,2	0,2
	E	2	2,438	1,335		
Zwrot ku religii	K	2	2,208	2,010	-1,0	0,3
	E	2	1,854	1,487		
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	K	2	2,833	1,576	0,92	0,4
	E	2	3,104	1,309		
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	K	2	3,125	1,393	-1,0	0,3
	E	2	2,833	1,478		
Zajmowanie się czymś innym	K	2	3,375	1,734	1,4	0,2
	E	2	4,625	5,855		
Zaprzeczanie	K	2	1,875	1,658	2,2	0,03*
	E	2	2,521	1,185		
Wyładowanie	K	2	2,146	1,762	2,2	0,03*
	E	2	2,833	1,310		
Zażywanie substancji psychoaktywnych	K	2	1,646	1,578	1,2	0,3
	E	2	2,062	1,951		
Zaprzestanie działań	K	2	1,812	1,697	0,85	0,4
	E	2	2,083	1,397		
Obwinianie siebie	K	2	2,604	1,783	0,34	0,7
	E	2	2,708	1,129		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie

Pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej w drugim pomiarze (posttest) wystąpiły różnice istotne statystycznie w zakresie sposobów radzenia sobie ze stresem odwołujących się do zaprzeczania i zajmowania się w sytuacji trudnej czymś innym ($p<0,05$). Badani mężczyźni z grupy eksperymentalnej uzyskali istotnie wyższe wyniki w zakresie zaprzeczania (M=2,52, Sd=1,18) w porównaniu do mężczyzn z grupy kontrolnej (M=1,88, Sd=1,66). W zakresie strategii - zajmowanie się czymś innym w sytuacji stresowej, również skazani mężczyźni biorący udział w warsztatach uzyskali istotnie wyższe średnie wyniki (M=2,83, Sd=1,31) w porównaniu do mężczyzn z grupy kontrolnej (M=2,15, Sd=1,76). Dodatkowo wystąpiła podobna tendencja

w zakresie aktywnego radzenia sobie (p=0,07). Skazani mężczyźni z grupy eksperymentalnej wykazywali się mniejszą gotowością w tym zakresie (M=3,98, Sd=0,98) w porównaniu do mężczyzn z grupy kontrolnej (M=4,40, Sd=1,30).

Pozostałe sposoby radzenia sobie ze stresem nie zróżnicowały w sposób istotny statystycznie wyników badanych mężczyzn.

Poniżej zaprezentowane zostały szczegółowe modele w zakresie sposobów radzenia sobie ze stresem uwzględniające zmienne uboczne.

Tabela 37. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie aktywnego radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,15	-0,36, 0,66	0,6
wiek	0,00	-0,03, 0,02	0,9
miejsce zamieszkania	0,20	-0,29, 0,69	0,4
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,21	-0,66, 1,1	0,6
średnie	0,42	-0,46, 1,3	0,3
zawodowe	0,53	-0,36, 1,4	0,2
wyższe	0,86	-0,75, 2,5	0,3
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,01	-0,81, 0,82	0,9
rozwiedziony	0,18	-0,57, 0,94	0,6
wdowiec	1,5	-0,22, 3,1	0,08
partner	0,18	-0,53, 0,89	0,6
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,48	-2,0, 1,1	0,5
programowanego oddziaływania	0,46	-0,10, 1,0	0,11
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,41	-2,1, 1,3	0,6
zamknięty	0,06	-1,6, 1,7	0,9
grupa * pomiar eksperymentalna	0,00	-0,42, 0,42	0,9

Źródło: opracowanie własne.

Powyższe wyniki wskazują, że żaden z efektów włączonych do modelu analizy kowariancji nie okazał się istotny statystycznie. Oznacza to, że żadna ze zmiennych ubocznych nie miała istotnego znaczenia w zakresie aktywnego radzenia sobie ze stresem.

Kolejny sposób radzenia sobie w sytuacjach stresowych, poddanych analizie, odnosił się do planowania działań w sytuacji trudnej.

Tabela 38. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie planowania jako sposobu radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,12	-0,43, 0,68	0,7
wiek	0,00	-0,03, 0,02	0,8
miejsce zamieszkania	0,13	-0,40, 0,66	0,6
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,07	-1,0, 0,87	0,9
średnie	-0,12	-1,1, 0,83	0,8
zawodowe	0,06	-0,90, 1,0	0,9
wyższe	-0,32	-2,0, 1,4	0,7
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,00	-0,88, 0,88	0,9
rozwiedziony	0,60	-0,21, 1,4	0,15
wdowiec	0,61	-1,2, 2,4	0,5
partner	0,33	-0,44, 1,1	0,4
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,40	-2,5, 1,7	0,7
programowanego oddziaływania	-0,16	-0,90, 0,59	0,7
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,41	-2,2, 1,4	0,7
zamknięty	0,01	-1,8, 1,8	0,9
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,19	-0,69, 0,32	0,5

Źródło: opracowanie własne.

Dane zawarte w powyższej tabeli przedstawiający zastosowany model kowariancji włączający zmienne uboczne, nie wykazały istotnych statystycznie różnic. Oznacza to, że przeprowadzony autorski program nie przyczynił do zmian w zakresie planowania, jako sposobu radzenia sobie ze stresem.

Następny sposób radzenia sobie ze stresem, który został poddany szczegółowej analizie wiązał się z pozytywnym przewartościowaniem.

Tabela 39. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie pozytywnego przewartościowania jako sposobu radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,39	-0,16, 0,95	0,2
wiek	-0,01	-0,04, 0,02	0,4
miejsce zamieszkania	0,02	-0,51, 0,55	0,9
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,31	-1,2, 0,63	0,5
średnie	-0,33	-1,3, 0,63	0,5
zawodowe	-0,07	-1,0, 0,90	0,9
wyższe	0,22	-1,5, 2,0	0,8
Stan cywilny			

samotny	-	-	-
żonaty	-0,94	-1,8, -0,06	0,04*
rozwiedziony	0,75	-0,06, 1,6	0,07~
wdowiec	0,70	-1,1, 2,5	0,5
partner	-0,22	-1,0, 0,56	0,6
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,48	-2,0, 1,1	0,5
programowanego oddziaływania	0,46	-0,10, 1,0	0,11
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,22	-2,0, 1,6	0,8
zamknięty	-0,37	-2,1, 1,4	0,7
grupa * pomiar eksperymentalna	0,19	-0,38, 0,75	0,5

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie; ~- tendencja statystyczna.

Zastosowane szczegółowe analizy wskazały, że przeprowadzenie zajęć i udział skazanych w programie nie przyczynił się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian. Jedynie w przypadku zmiennej „stan cywilny” wystąpiły różnice na poziomie $p<0,05$. Okazało się, że po zakończonych warsztatach osoby pozostające w związku małżeńskim uzyskały mniejszą ilość punktów, różnica dotyczyła 0,94 pkt., w zakresie pozytywnego przewartościowania w porównaniu do osób samotnych.

Kolejnym sposobem radzenia sobie ze stresem, który został poddany szczegółowej analizie była akceptacja trudnej sytuacji.

Tabela 40. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie akceptacji jako sposobu radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,05	-0,61, 0,70	0,9
wiek	-0,01	-0,04, 0,02	0,5
miejsce zamieszkania	0,33	-0,30, 1,0	0,3
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,36	-1,5, 0,75	0,5
średnie	-0,40	-1,5, 0,73	0,5
zawodowe	0,01	-1,1, 1,1	0,9
wyższe	-1,2	-3,3, 0,81	0,2
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,85	-1,9, 0,19	0,11
rozwiedziony	0,21	-0,75, 1,2	0,7
wdowiec	0,09	-2,1, 2,2	0,9
partner	-0,01	-0,93, 0,90	0,9
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-1,8	-10, 6,7	0,7
programowanego oddziaływania	-1,9	-4,9, 1,2	0,2

Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,05	-2,2, 2,1	0,9
zamknięty	0,00	-2,1, 2,1	0,9
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,56	-1,1, -0,06	0,03*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Z danych zawartych w powyższej tabeli wynika, że przeprowadzony program okazał się istotny statystycznie (p<0,05) w zakresie planowania jako sposobu radzenia sobie ze stresem badanych mężczyzn, ale nastąpił spadek pomiędzy pomiarem początkowym a końcowym o 0,56 pkt. Może być to związane ze wzrostem wiedzy i świadomości w zakresie poszczególnych sposobów radzenia sobie ze stresem i trudnościami z konsekwencją w ich realizacji. Pozostałe zmienne uboczne włączone do modelu okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejnym sposobem radzenia sobie w sytuacji stresowej było reagowanie poczuciem humoru na pojawiająca się sytuację trudną.

Tabela 41. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie poczucia humoru jako sposobu radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	-0,27	-0,95, 0,41	0,4
wiek	0,00	-0,03, 0,03	0,9
miejsce zamieszkania	-0,13	-0,78, 0,52	0,7
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,49	-0,65, 1,6	0,4
średnie	-0,06	-1,2, 1,1	0,9
zawodowe	0,73	-0,45, 1,9	0,2
wyższe	1,8	-0,30, 3,9	0,09
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-1,1	-2,2, -0,03	0,04*
rozwiedziony	0,46	-0,54, 1,5	0,4
wdowiec	-1,5	-3,7, 0,76	0,2
partner	-0,67	-1,6, 0,27	0,2
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,40	-2,5, 1,7	0,7
programowanego oddziaływania	-0,16	-0,90, 0,59	0,7
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,07	-2,1, 2,3	0,9
zamknięty	0,05	-2,1, 2,2	0,9
grupa * pomiar eksperymentalna	0,50	-0,02, 1,0	0,06

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Uzyskane wyniki w zakresie odwoływania się do poczucia humoru w sytuacji trudnej wskazują, że w grupie eksperymentalnej wystąpiła tendencja p=0,06. Okazało się, że realizacja zajęć przyczyniła się do niewielkiego wzrostu reagowania poczuciem humoru w sytuacji stresowej, różnica dotyczyła 0,50 pkt. Istotna statystycznie różnica ujawniła się w przypadku zmiennej stan cywilny (p<0,05). Okazało się, że żonaci mężczyźni uzyskali o 1,1 pkt. mniej w porównaniu do osób samotnych. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

W dalszej kolejności przeanalizowano powiązania między zmiennymi ubocznymi dotyczącymi odwoływania się do religii, jako strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach.

Tabela 42. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie zwrotu ku religii jako sposobu radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,70	-0,10, 1,5	0,08
wiek	0,00	-0,04, 0,04	0,9
miejsce zamieszkania	0,68	-0,09, 1,4	0,083
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,92	-0,44, 2,3	0,2
średnie	1,1	-0,24, 2,5	0,10
zawodowe	1,5	0,13, 2,9	0,03*
wyższe	2,2	-0,34, 4,7	0,08
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,19	-1,1, 1,5	0,8
rozwiedziony	0,45	-0,73, 1,6	0,5
wdowiec	1,1	-1,5, 3,7	0,4
partner	-0,01	-1,1, 1,1	0,9
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,40	-2,5, 1,7	0,7
programowanego oddziaływania	-0,16	-0,90, 0,59	0,7
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	1,8	-0,84, 4,4	0,2
zamknięty	1,0	-1,5, 3,6	0,4
grupa * pomiar eksperymentalna	0,35	-0,22, 0,93	0,2

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Przeprowadzone szczegółowe analizy wskazały, że udział skazanych w programie nie przyczynił się do wystąpienia u nich istotnych zmian (p<0,2). Jedynie zmienna wykształcenie różnicowała badanych mężczyzn (p<0,05). Okazało się, że badani z wykształceniem zawodowym uzyskali 1,5 pkt więcej w porównaniu do mężczyzn z wykształceniem

podstawowym w zakresie odwoływania się do religii w sytuacji stresowej. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne.

Kolejnym sposobem radzenia sobie ze stresem, który został poddany szczegółowej analizie było poszukiwanie wsparcia emocjonalnego w sytuacji trudnej.

Tabela 43. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie poszukowania wsparcia emocjonalnego jako sposobu radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,35	-0,26, 1,0	0,3
wiek	0,00	-0,03, 0,03	0,9
miejsce zamieszkania	0,16	-0,43, 0,75	0,6
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,46	-1,5, 0,58	0,4
średnie	-0,16	-1,2, 0,89	0,8
zawodowe	-1,2	-2,3, -0,14	0,03*
wyższe	-0,55	-2,5, 1,4	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,14	-0,83, 1,1	0,8
rozwiedziony	0,59	-0,31, 1,5	0,2
wdowiec	-0,50	-2,5, 1,5	0,6
partner	0,54	-0,32, 1,4	0,2
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,19	-2,6, 2,2	0,9
programowanego oddziaływania	-0,51	-1,4, 0,33	0,2
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,05	-2,1, 2,0	0,9
zamknięty	0,28	-1,7, 2,2	0,8
grupa * pomiar eksperymentalna	0,23	-0,47, 0,93	0,5

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Uzyskane wyniki wskazują, że efekt przeprowadzonych zajęć w grupie eksperymentalnej jest nieistotny statystycznie, ale widoczne są pewne istotne różnice w zakresie wykształcenia badanych mężczyzn ($p<0,05$). Osoby po szkole zawodowej uzyskały mniej o 1,2 pkt. w zakresie poszukiwania wsparcia emocjonalnego w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne.

Poza wsparciem emocjonalnym również ważna jest możliwość otrzymania wsparcia o charakterze instrumentalnym w sytuacji odczuwania silnego stresu.

Tabela 44. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie poszukiwania wspacia instrumentalnego jako sposobu radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,17	-0,47, 0,81	0,6
wiek	-0,01	-0,05, 0,02	0,3
miejsce zamieszkania	0,38	-0,24, 1,0	0,2
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-1,1	-2,2, 0,00	0,05*
średnie	-0,63	-1,7, 0,47	0,3
zawodowe	-0,87	-2,0, 0,24	0,12
wyższe	0,52	-1,5, 2,5	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,36	-0,66, 1,4	0,5
rozwiedziony	0,57	-0,38, 1,5	0,2
wdowiec	-0,39	-2,5, 1,7	0,7
partner	0,83	-0,07, 1,7	0,07~
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	0,41	-1,6, 2,5	0,7
programowanego oddziaływania	-0,51	-1,2, 0,22	0,2
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	1,3	-0,76, 3,4	0,2
zamknięty	1,4	-0,68, 3,4	0,2
grupa * pomiar eksperymentalna	0,27	-0,34, 0,88	0,4

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Ponownie, uzyskane wyniki wskazują, że efekt przeprowadzonych zajęć w grupie eksperymentalnej nie jest istotny statystycznie. Niemniej jednak widoczne są różnice w zakresie wykształcenia badanych mężczyzn (p<0,05). Mężczyźni z wykształceniem gimnazjalnym uzyskali o 1,1 pkt. więcej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym w zakresie poszukiwanego przez nich w sytuacjach trudnych wsparcia instrumentalnego. Na granicy istotności statystycznej usytuowała się natomiast zmienna odnosząca się do stanu cywilnego (p<0,00), co oznacza, że osoby będące w konkubinacie w sytuacjach stresogennych istotnie częściej poszukiwały tego rodzaju wsparcia niż osoby samotne. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Ucieczka od sytuacji stresowej i zajmowanie się czymś innym to kolejny sposób radzenia sobie ze stresem poddany szczegółowej analizie.

Tabela 45. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie zajmowania się czyms innym jako sposobu radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,81	-0,38, 2,0	0,2
wiek	0,00	-0,05, 0,06	0,9
miejsce zamieszkania	1,1	-0,01, 2,3	0,05*
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,50	-1,5, 2,5	0,6
średnie	2,3	0,21, 4,3	0,03*
zawodowe	1,0	-1,0, 3,1	0,3
wyższe	2,0	-1,7, 5,8	0,3
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-1,6	-3,5, 0,35	0,1
rozwiedziony	-0,34	-2,1, 1,4	0,7
wdowiec	-1,9	-5,9, 2,0	0,3
partner	0,24	-1,4, 1,9	0,8
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,08	-2,2, 2,0	0,9
programowanego oddziaływania	-0,38	-1,1, 0,37	0,3
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,39	-4,3, 3,5	0,8
zamknięty	-1,8	-5,6, 2,0	0,4
grupa * pomiar eksperymentalna	1,0	-0,68, 2,8	0,2

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Okazało się, że fakt przeprowadzenia zajęć w grupie eksperymentalnej nie miał istotnego statystycznie znaczenia w tym aspekcie ($p<0,2$). Zastosowane analizy jednak pozwoliły na dostrzeżenie istotnych różnic w zakresie dwóch zmiennych, mianowicie wykształcenia badanych osób oraz ich miejsca zamieszkania ($p<0,05$). Osoby z wykształceniem średnim uzyskały o 2,3 pkt. więcej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym w zakresie zachowań ucieczkowych, jako sposobu radzenia sobie ze stresem. Podobnie w przypadku miejsca zamieszkania. Badani mężczyźni pochodzący z gmin wiejskich uzyskali w tym obszarze o 1,1 pkt. więcej w porównaniu do mężczyzn pochodzących z miasta.

Osoby, które znajdują się w sytuacji trudnej, stresującej mogą uruchamiać rozmaite mechanizmy obronne, w tym zaprzeczanie, które poddano szczegółowej analizie. Uzyskane rezultaty w tym zakresie przedstawia poniższa tabela.

Tabela 46. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie zaprzeczania jako sposobu radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	-0,10	-0,77, 0,57	0,8
wiek	0,02	-0,01, 0,05	0,2
miejsce zamieszkania	-0,01	-0,65, 0,63	0,9
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-1,2	-2,3, -0,05	0,04*
średnie	-1,1	-2,2, 0,08	0,06~
zawodowe	-0,29	-1,5, 0,87	0,6
wyższe	-1,0	-3,0, 1,1	0,4
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,78	-1,8, 0,28	0,15
rozwiedziony	-0,02	-1,0, 1,0	0,9
wdowiec	-0,87	-3,1, 1,3	0,4
partner	0,06	-0,87, 1,0	0,9
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	0,41	-1,6, 2,5	0,7
programowanego oddziaływania	-0,51	-1,2, 0,22	0,2
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	1,0	-1,2, 3,2	0,4
zamknięty	0,69	-1,4, 2,8	0,5
grupa * pomiar eksperymentalna	1,0	0,42, 1,5	<0,001*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Istotna statystycznie różnica wystąpiła w grupie uczestniczącej w warsztatach (p<0,001) w zakresie zaprzeczania jako sposobu radzenia sobie ze stresem. Wzrost pomiędzy pomiarem początkowym i końcowym wyniósł 1pkt. Dodatkowo istotna różnica wystąpiła w zakresie wykształcenia badanych mężczyzn (p<0,05). Osoby z wykształceniem gimnazjalnym uzyskały o 1,2 pkt. mniej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym, które ukończyły program. Tendencja statystyczna ujawniła się również w przypadku zmiennej ubocznej odnoszącej się do wykształcenia (p=0,06). Mężczyźni z wykształceniem średnim uzyskali o 1,1 pkt. mniej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym w aspekcie zaprzeczania jako sposobu radzenia sobie ze stresem. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne.

Stres wywołuje silne emocje, dlatego sprawdzono wystąpienie istotnych różnic w zakresie wyładowania jako sposoby radzenia sobie ze stresem w sytuacji trudnej.

Tabela 47. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie wyładowania jako sposobu radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,03	-0,64, 0,71	0,9
wiek	0,00	-0,04, 0,03	0,8
miejsce zamieszkania	-0,26	-0,91, 0,38	0,4
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,12	-1,3, 1,0	0,8
średnie	-0,21	-1,4, 1,0	0,7
zawodowe	0,13	-1,0, 1,3	0,8
wyższe	0,83	-1,3, 2,9	0,4
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,75	-1,8, 0,33	0,2
rozwiedziony	-0,57	-1,6, 0,43	0,3
wdowiec	-2,8	-5,0, -0,56	0,01*
partner	-1,5	-2,5, -0,57	0,02*
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,08	-2,2, 2,0	0,9
programowanego oddziaływania	-0,38	-1,1, 0,37	0,3
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,47	-1,7, 2,7	0,7
zamknięty	1,0	-1,2, 3,1	0,4
grupa * pomiar eksperymentalna	0,15	-0,33, 0,62	0,5

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Uzyskane wyniki wskazują, że efekt przeprowadzonych zajęć w grupie eksperymentalnej nie ujawnił istotnych statystycznie różnic, ale szczegółowe analizy pozwoliły na wykazanie określonych tendencji w zakresie stanu cywilnego badanych mężczyzn ($p<0,05$). Mianowicie, osoby żyjące w związku nieformalnym lub będące wdowcami uzyskały o 2,8 pkt. oraz 1,5 pkt. mniej w porównaniu do osób samotnych w zakresie radzenia sobie w sytuacji stresowej poprzez ekspresję swoich emocji. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejnym sposobem radzenia sobie ze stresem, które poddano analizie było zażywanie substancji psychoaktywnych.

Tabela 48. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie zażywania substancji psychoaktywnych jako sposobu radzenia sobie ze strsesm

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,20	-0,57, 1,0	0,6
wiek	-0,01	-0,05, 0,02	0,4
miejsce zamieszkania	-0,50	-1,2, 0,23	0,2
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,49	-0,81, 1,8	0,5
średnie	-0,20	-1,5, 1,1	0,8
zawodowe	-0,19	-1,5, 1,1	0,8
wyższe	-0,15	-2,5, 2,2	0,9
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,08	-1,1, 1,3	0,9
rozwiedziony	-0,87	-2,0, 0,25	0,13
wdowiec	-0,14	-2,7, 2,4	0,9
partner	-0,03	-1,1, 1,0	0,9
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,19	-2,6, 2,2	0,9
programowanego oddziaływania	-0,51	-1,4, 0,33	0,2
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-1,2	-3,7, 1,3	0,3
zamknięty	-0,64	-3,1, 1,8	0,6
grupa * pomiar eksperymentalna	0,10	-0,55, 0,76	0,8

Źródło: opracowanie własne.

Z powyższych danych wynika, że przeprowadzenie warsztatów dla skazanych nie przyczyniło się do uzyskania istotnych statystycznie zmian w zakresie zażywania substancji psychoaktywnych jako sposobu radzenia sobie ze stresem.

W dalszej kolejności analizie poddano sposób radzenia sobie ze stresem polegający na zaprzestaniu działań.

Tabela 49. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie zaprzestania działań jako sposobu radzenia sobie ze strsem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,45	-0,23, 1,1	0,2
wiek	0,00	-0,03, 0,03	0,9
miejsce zamieszkania	-0,11	-0,75, 0,54	0,7
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,47	-0,67, 1,6	0,4
średnie	-0,05	-1,2, 1,1	0,9
zawodowe	0,07	-1,1, 1,2	0,9
wyższe	0,22	-1,9, 2,3	0,8
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,10	-1,0, 1,2	0,9

rozwiedziony	0,71	-0,28, 1,7	0,2
wdowiec	-0,16	-2,4, 2,1	0,9
partner	-0,93	-1,9, 0,01	0,05*
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,40	-2,5, 1,7	0,7
programowanego oddziaływania	-0,16	-0,90, 0,59	0,7
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,35	-1,9, 2,6	0,8
zamknięty	0,04	-2,1, 2,2	0,9
grupa * pomiar eksperymentalna	0,54	0,06, 1,0	0,02*

Źródło: opracowanie własne.
*- wynik istotny statystycznie.

Z danych zawartych w tabeli 49 wynika, że wystąpiła różnica istotna statystycznie w grupie uczestniczącej w warsztatach (p<0,05). Wzrost wyników pomiędzy pomiarem początkowym i końcowym wyniósł 0,54 pkt. Dodatkowo istotna różnica wystąpiła także w zakresie stanu cywilnego badanych mężczyzn (p<0,05). Oznacza to, że mężczyźni żyjący w związku nieformalnym uzyskali o 0,93 pkt. mniej w porównaniu do osób samotnych w zakresie zaprzestania działań jako sposobu radzenia sobie ze stresem. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne.

Ostatnim sposobem radzenia sobie ze stresem jest obwinianie siebie.

Tabela 50. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie obwiniania siebie jako sposobu radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,88	0,20, 1,5	0,01*
wiek	0,03	0,00, 0,06	0,08
miejsce zamieszkania	0,59	-0,05, 1,2	0,07~
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,28	-1,4, 0,86	0,6
średnie	-0,17	-1,3, 1,0	0,8
zawodowe	-0,22	-1,4, 0,95	0,7
wyższe	0,75	-1,3, 2,8	0,5
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,02	-1,1, 1,1	0,9
rozwiedziony	0,41	-0,58, 1,4	0,4
wdowiec	-0,07	-2,3, 2,1	0,9
partner	0,32	-0,62, 1,3	0,5
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-2,1	-4,1, -0,04	0,04*
programowanego oddziaływania	-0,66	-1,4, 0,06	0,07~
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-

półotwarty	1,2	-1,0, 3,4	0,3
zamknięty	0,61	-1,5, 2,7	0,6
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,40	-1,0, 0,26	0,2

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Uzyskane wyniki wskazują, że efekt przeprowadzonych zajęć w grupie eksperymentalnej jest nieistotny statystycznie, ale widoczne są istotne różnice w zakresie włączonych do modelu zmiennych ubocznych takich jak: długości odbywanej kary (p<0,05) oraz system odbywania kary (p<0,05). Oznacza to, że osoby przebywające w zakładzie karnym ponad 5 lat uzyskały o 0,88 pkt. więcej w porównaniu do skazanych na kary do 5 lat pozbawienia wolności w zakresie obwiniania siebie w sytuacji stresowej. Z kolei skazani mężczyźni, którzy odbywali karę w systemie terapeutycznym uzyskali o 2,1 pkt. mniej w porównaniu do skazanych odbywających krę w systemie zwykłym. Tendencja statystyczna wystąpiła w zakresie miejsca zamieszkania p=0,07 oraz systemu odbywania kary p=0,07. Okazało się, że skazani mieszkający na wsi uzyskali o 0,59 pkt więcej w porównaniu do mężczyzn mieszkających w mieście. Z kolei mężczyźni odbywający karę w systemie programowanego oddziaływania uzyskali o 0,66 pkt. mniej w porównaniu do skazanych odbywających karę w systemie zwykłym w zakresie obwiniania siebie w sytuacji stresowej. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

W dalszej części pracy zaprezentowane zostały wyniki odnoszące się do strategii radzenia sobie ze stresem. Wyróżnia się cztery podstawowe strategie: mniej skuteczne, przystosowawcze, skoncentrowane na emocjach i skoncentrowane na problemie.

Tabela 51. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie strategii radzenia sobie ze stresem w pierwszym pomiarze (pretest)

Strategie radzenia sobie ze stresem	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Strategie mniej skuteczne	K	1	10,729	6,038	0,55	0,6
	E	1	11,395	5,812		
Strategie przystosowawcze	K	1	15,437	5,074	-1,1	0,3
	E	1	14,437	4,031		
Strategie skoncentrowane na emocjach	K	1	6,833	3,932	-1,3	0,2
	E	1	5,854	3,288		
Strategie	K	1	11,438	3,222	-1,9	0,3

skoncentrowane na problemie	E	1	10,250	2,928		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest.

Analiza statystyczna wykazała, że pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej w pierwszym pomiarze (pretest) nie wystąpiły różnice istotne statystycznie w zakresie stosowanych strategii radzenia sobie ze stresem.

Następnie sprawdzono czy wystąpiły istotne różnice w uzyskanych wynikach pomiędzy pomiarem początkowym a końcowym.

Tabela 52. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie strategii radzenia sobie ze stresem pomiędzy pierwszym i drugim pomiarem

Strategie radzenia sobie ze stresem	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Strategie mniej skuteczne	K	1	10,729	6,038	-1,1	0,3
		2	11,041	6,338		
	E	1	11,395	5,812	-2,3	0,026*
		2	14,041	6,649		
Strategie przystosowawcze	K	1	15,437	5,074	-1,5	0,15
		2	15,770	5,033		
	E	1	14,437	4,031	-1,2	0,7
		2	15,437	3,287		
Strategie skoncentrowane na emocjach	K	1	6,833	3,932	-0,94	0,4
		2	7,479	3,842		
	E	1	5,854	3,288	-0,27	0,09
		2	7,497	2,458		
Strategie skoncentrowane na problemie	K	1	11,438	3,222	-0,59	0,6
		2	11,542	3,215		
	E	1	10,250	2,928	-0,33	0,7
		2	10,438	5,074		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie

Pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej w zakresie stosowanych strategii radzenia sobie ze stresem odnoszących się do

strategii: mniej skutecznych, przystosowawczych, skoncentrowanych na emocjach i problemie nie wystąpiły różnice istotne statystycznie. Natomiast pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej w zakresie stosowanych strategii radzenia sobie ze stresem wystąpiła różnica istotna statystycznie w aspekcie odnoszącym się do strategii mniej skutecznych (p<0,05). Skazani mężczyźni biorący udział w warsztatach uzyskali istotnie wyższe średnie wyniki w tym zakresie w drugim pomiarze (M=14,0, Sd=6,6) w porównaniu do pomiaru przed udziałem w zajęciach (M=11,4, Sd=5,8).

Uzyskane wyniki wskazują, że skazani mężczyźni w sytuacjach stresowych wykazywali nadmierną koncentrację na emocjach oraz stosowali strategie mniej skuteczne. Można przypuszczać, że przeprowadzone zajęcia przyczyniły się do wzrostu ich świadomości w zakresie roli i znaczenia emocji w życiu każdego człowieka.

W dalszej części sprawdzono czy wystąpiły różnice istotne statystycznie pomiędzy grupą eksperymentalną i kontrolną w drugim pomiarze (posttest).

Tabela 53. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie strategii radzenia sobie ze stresem w drugim pomiarze (posttest)

Strategie radzenia sobie ze stresem	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Strategie mniej skuteczne	K	2	11,041	6,338	2,3	0,03*
	E	2	14,041	6,649		
Strategie przystosowawcze	K	2	15,770	5,033	-0,38	0,7
	E	2	15,437	3,287		
Strategie skoncentrowane na emocjach	K	2	7,479	3,842	0,85	0,4
	E	2	7,497	2,458		
Strategie skoncentrowane na problemie	K	2	11,542	3,215	-1,9	0,06~
	E	2	10,438	5,074		

Źródło: opracowanie własne.

K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 2- posttest,*- wynik istotny statystycznie, ~- tendencja statystyczna.

Pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej w drugim pomiarze (posttest) wystąpiły różnice istotne statystycznie w zakresie strategii mniej skutecznych jako sposobu radzenia sobie ze stresem (p<0,05). Skazani mężczyźni po zakończonym udziale w warsztatach uzyskali istotnie wyższe

średnie wyniki w tym zakresie (M= 14,0, Sd=6,6) w porównaniu do mężczyzn z grupy kontrolnej (M=11,0, Sd=6,3). Dodatkowo wystąpiła tendencja statystyczna w zakresie strategii skoncentrowanej na problemie. W tym przypadku badani z grupy eksperymentalnej wykazywali mniejszą tendencję do wyboru tej strategii (M=10,44, Sd=2,48) w porównaniu do badanych z grupy kontrolnej (M=11,54, Sd=3,22).

W dalszej kolejności zaprezentowano szczegółowe modele w zakresie strategii radzenia sobie ze stresem z uwzględnieniem zmiennych ubocznych.

Tabela 54. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie stosowania strategii mniej skutecznych jako styl radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	1,2	-1,5, 4,0	0,4
wiek	-0,02	-0,15, 0,12	0,8
miejsce zamieszkania	0,13	-2,5, 2,8	0,9
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	1,8	-2,9, 6,5	0,4
średnie	1,7	-3,0, 6,5	0,5
zawodowe	1,8	-3,0, 6,6	0,5
wyższe	4,7	-3,9, 13	0,3
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-3,2	-7,6, 1,2	0,1
rozwiedziony	-0,61	-4,7, 3,5	0,8
wdowiec	-6,5	-16, 2,6	0,2
partner	-2,9	-6,7, 0,94	0,1
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-1,8	-10, 6,7	0,7
programowanego oddziaływania	-1,9	-4,9, 1,2	0,2
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,70	-9,7, 8,3	0,9
zamknięty	-1,4	-10, 7,4	0,8
grupa * pomiar eksperymentalna	2,3	-0,02, 4,7	0,05*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Z danych zawartych w powyższej tabeli wynika, że nastąpiła różnica istotna statystycznie w grupie uczestniczącej w warsztatach ($p<0,05$). Wzrost pomiędzy pomiarem początkowym i końcowym wyniósł 2,3 pkt. w zakresie stosowanych strategii mniej skutecznych jako sposobu radzenia sobie ze stresem. Być może skazani mężczyźni mogli uznać te strategie za prostsze i łatwiejsze do zastosowania w sytuacji dla nich trudnej i stresującej. Włączone do modelu zmienne uboczne okazały się nieistotne.

W dalszej kolejności analizie poddano stosowanie strategii przystosowawczych w sytuacjach stresowych.

Tabela 55. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie stosowanych strategii przystosowawczych jako styl radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,63	-1,3, 2,5	0,5
wiek	-0,02	-0,11, 0,07	0,7
miejsce zamieszkania	0,84	-1,0, 2,7	0,4
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-3,0	-6,2, 0,22	0,06~
średnie	-2,5	-5,8, 0,74	0,13
zawodowe	-1,2	-4,5, 2,2	0,5
wyższe	-1,8	-7,7, 4,2	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-2,2	-5,2, 0,82	0,2
rozwiedziony	2,1	-0,70, 4,9	0,14
wdowiec	0,13	-6,1, 6,4	0,9
partner	1,0	-1,7, 3,6	0,5
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,56	-6,5, 5,4	0,9
programowanego oddziaływania	-0,59	-2,7, 1,5	0,6
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	1,6	-4,6, 7,9	0,6
zamknięty	1,7	-4,4, 7,8	0,6
grupa * pomiar eksperymentalna	0,67	-1,0, 2,3	0,4

Źródło: opracowanie własne.
~- tendencja statystyczna.

Z danych zawartych w tabeli 55 wynika, że przeprowadzenie autorskiego programu wśród mężczyzn znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego nie przyczyniło się do wystąpienia zmian istotnych statystycznie w zakresie stosowania strategii przystosowawczych jako sposobu radzenia sobie ze stresem. Niemniej tendencja statystyczna wystąpiła w zakresie zmiennej ubocznej związanej z wykształceniem p=0,06. Oznacza to, że skazani mężczyźni z wykształceniem gimnazjalnym uzyskali o 3,0 pkt. mniej niż osoby z wykształceniem podstawowym w tym zakresie. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną strategią stosowaną w sytuacjach stresowych były strategie skoncentrowane na emocjach.

Tabela 56. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie stosowanych strategii skoncentrowanych na emocjach jako styl radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,94	-0,63, 2,5	0,2
wiek	0,02	-0,05, 0,10	0,5
miejsce zamieszkania	0,83	-0,68, 2,3	0,3
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,72	-3,4, 1,9	0,6
średnie	-0,10	-2,8, 2,6	0,9
zawodowe	0,02	-2,7, 2,7	0,9
wyższe	0,66	-4,2, 5,6	0,8
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,44	-2,9, 2,1	0,7
rozwiedziony	1,0	-1,3, 3,3	0,4
wdowiec	-0,28	-5,4, 4,9	0,9
partner	0,58	-1,6, 2,8	0,6
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-2,8	-7,6, 2,1	0,3
programowanego oddziaływania	-1,3	-3,0, 0,46	0,1
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	2,7	-2,4, 7,9	0,3
zamknięty	2,0	-3,0, 7,0	0,4
grupa * pomiar eksperymentalna	1,5	0,34, 2,7	0,01*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Z powyższych danych wynika, że autorski program przeprowadzony w grupie osób skazanych przyczynił się w stopniu istotnym statystycznie ($p<0,05$) w zakresie stosowania strategii skoncentrowanych na emocjach jako sposobu radzenia sobie ze stresem. Różnica pomiędzy pomiarami wyniosła 1,5 pkt. Może to wskazywać na wzrost świadomości rozpoznawania i wyrażania własnych emocji w sytuacjach trudnych. Zmienne uboczne włączone do modelu okazały się nieistotne statystycznie.

Ostatnia analizowana strategia odwoływała się do koncentracji na problemie jako sposobu radzenia sobie ze stresem.

Tabela 57. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie stosowanych strategii skoncentrowanych na problemie jako styl radzenia sobie ze stresem

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,44	-0,85, 1,7	0,5
wiek	-0,02	-0,08, 0,04	0,5
miejsce zamieszkania	0,71	-0,53, 1,9	0,3

Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,94	-3,1, 1,2	0,4
średnie	-0,33	-2,6, 1,9	0,8
zawodowe	-0,28	-2,5, 2,0	0,8
wyższe	1,1	-3,0, 5,1	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,37	-1,7, 2,4	0,7
rozwiedziony	1,3	-0,55, 3,2	0,2
wdowiec	1,7	-2,6, 5,9	0,4
partner	1,3	-0,46, 3,1	0,14
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,42	-4,4, 3,6	0,8
programowanego oddziaływania	0,65	-0,77, 2,1	0,4
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,52	-3,7, 4,7	0,8
zamknięty	1,4	-2,7, 5,5	0,5
grupa * pomiar eksperymentalna	0,08	-1,1, 1,3	0,9

Źródło: opracowanie własne.

Z powyższych danych wynika, że przeprowadzenie programu wśród osób skazanych nie przyczyniło się do wystąpienia zmian istotnych statystycznie w zakresie stosowania strategii skoncentrowanych na problemie. Włączone do modelu zmienne uboczne również okazały się nieistotne statystycznie.

Uzyskane wyniki w zakresie strategii radzenia sobie ze stresem przez skazanych mężczyzn biorących udział w autorskim programie wskazują na to, że po warsztatach zaczęli oni bardziej doceniać strategie skoncentrowane na emocjach jak również strategie określane jako mniej skuteczne. Można przypuszczać, że udział w warsztatach przyczynił się do wzrostu ich wiedzy w zakresie trudności związanych z umiejętnością radzenia sobie w sytuacjach stresowych, np. poprzez koncentrację na problemie, ale również do wzrostu świadomości związanej z unikaniem strategii opartej na dostosowaniu się, która nie przyczynia się do rozwiązania sytuacji trudnej.

4.5.4. Style rozwiązywania konfliktów przez badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

Kolejną analizowaną zmienną w zakresie psychospołecznego funkcjonowania skazanych mężczyzn będących w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego były style rozwiązywania konfliktów. Dlatego też na początku sprawdzono czy wystąpiły różnice istotne statystycznie w pierwszym pomiarze w grupie eksperymentalnej i kontrolnej.

Tabela 58. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie stylów rozwiązywania konfliktów w pierwszym pomiarze (pretest)

Style rozwiązywania konfliktów	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Dostosowanie	K	1	45,139	11,251	1,0	0,3
	E	1	47,917	15,035		
Kompromisowość	K	1	53,472	15,068	0,21	0,8
	E	1	54,167	17,531		
Konkurowanie	K	1	51,042	17,329	-1,5	0,13
	E	1	46,528	11,381		
Unikanie	K	1	48,090	13,119	-0,43	0,7
	E	1	46,875	14,750		
Współpraca	K	1	52,257	12,365	0,70	0,5
	E	1	54,167	14,279		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie, ~- tendencja statystyczna

W wyniku przeprowadzonych analiz statystycznych okazało się, że nie wystąpiły różnice istotne statystycznie pomiędzy skazanymi mężczyznami z grupy eksperymentalnej i kontrolnej znajdującymi się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego w zakresie poszczególnych stylów rozwiązywania konfliktów w pierwszym pomiarze.

W dalszej części sprawdzono czy wystąpiły istotne różnice pomiędzy grupą eksperymentalną i kontrolną w zakresie stylów rozwiązywania konfliktów pomiędzy pierwszym a drugim pomiarem.

Tabela 59. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie stylów rozwiązywania konfliktów pomiędzy pierwszym i drugim pomiarem

Style rozwiązywania konfliktów	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Dostosowanie	K	1	45,139	11,251	-0,45	0,01*
		2	49,306	12,613		
	E	1	47,917	15,035	-1,8	0,4

		2	53,125	13,926		
Kompromisowość	K	1	53,472	15,068	0,49	0,6
		2	52,951	15,034		
	E	1	54,167	17,531	3,0	0,07~
		2	45,833	16,755		
Konkurowanie	K	1	51,042	17,329	3,0	0,04*
		2	47,743	15,918		
	E	1	46,528	11,381	-0,45	0,7
		2	47,569	13,087		
Unikanie	K	1	48,090	13,119	-0,62	0,5
		2	48,611	12,787		
	E	1	46,875	14,750	-0,79	0,4
		2	48,958	12,231		
Współpraca	K	1	52,257	12,365	1,8	0,08
		2	51,215	12,032		
	E	1	54,167	14,279	0,00	0,9
		2	54,167	13,536		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie, ~- tendencja statystyczna

Zastosowane analizy statystyczne wykazały, że pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez skazanych mężczyzn z grupy kontrolnej, którzy znajdowali się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego wystąpiły różnice istotne statystycznie ($p<0,05$) w dwóch wymiarach z zakresu stylów rozwiązywania konfliktów. Okazało się, że skazani mężczyźni uzyskali istotnie wyższe średnie wyniki w zakresie dostosowania się w sytuacji konfliktowej w drugim pomiarze (M=49, Sd=13) w porównaniu do pomiaru pierwszego (M=45, Sd=11). Z kolei w zakresie stylu opartego na rywalizacji skazani uzyskali istotnie niższe średnie wyniki w pomiarze drugim (M=48, Sd=16) w porównaniu do pierwszego (M=51, Sd=17). Z kolei pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez badanych mężczyzn biorących udział w warsztatach wystąpiły różnice istotne statystycznie w zakresie kompromisu jako stylu rozwiązywania konfliktów. Skazani z grupy eksperymentalnej w drugim pomiarze uzyskali istotnie niższe średnie wyniki w tym zakresie (M=46, Sd=17) w porównaniu do pomiaru pierwszego z przed rozpoczęcia zajęć (M=54, Sd=18). Dodatkowo wystąpiła tendencja statystyczna w zakresie stylu opartego na dostosowaniu się w sytuacji konfliktowej. Badani mężczyźni w drugim pomiarze wykazywali mniejszą tendencję do wyboru stylu opartego na dostosowaniu się (M=53, Sd=14) w porównaniu do pierwszego pomiaru (M=48, Sd=15).

Wyniki uzyskane przez badanych mężczyzn wskazują, że w sytuacjach, konfliktowych są oni gotowi do częściowej rezygnacji z własnych potrzeb w celu rozwiązania sytuacji trudnej. Można przypuszczać, że potrafią w sposób konstruktywny rozwiązywać konflikty.

W dalszej części sprawdzono czy wystąpiły istotne statystycznie różnice pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez skazanych mężczyzn w drugim pomiarze (posttest).

Tabela 60. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie stylów rozwiązywania konfliktów w drugim pomiarze (posttest)

Style rozwiązywania konfliktów	Grupa	Pomiar	M	Sd	t-Studenta	p
Dostosowanie	K	2	49,306	12,613	1,4	0,2
	E	2	53,125	13,926		
Kompromisowość	K	2	52,951	15,034	-2,2	0,03*
	E	2	45,833	16,755		
Konkurowanie	K	2	47,743	15,918	-0,06	0,9
	E	2	47,569	13,087		
Unikanie	K	2	48,611	12,787	0,14	0,9
	E	2	48,958	12,231		
Współpraca	K	2	51,215	12,032	1,1	0,3
	E	2	54,167	13,536		

Źródło: opracowanie własne.

K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie.

Z danych zawartych w powyższej tabeli wynika, że pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej w drugim pomiarze wystąpiła różnica istotna statystycznie w stylu opartym na kompromisie. Badani z grupy kontrolnej uzyskali istotnie wyższe średnie wyniki (M=53,Sd=15) w porównaniu do badanych z grupy eksperymentalnej (M=46, Sd=17).

W dalszej kolejności zaprezentowano szczegółowe modele w zakresie stylów rozwiązywania konfliktów z uwzględnieniem zmiennych ubocznych.

Tabela 61. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie dostosowania jako stylu rozwiązywania konfliktów

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	-1,0	-6,4, 4,4	0,7
wiek	-0,22	-0,48, 0,04	0,10
miejsce zamieszkania	1,2	-4,0, 6,4	0,7
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-2,3	-11, 6,9	0,6
średnie	-4,2	-14, 5,1	0,4
zawodowe	0,19	-9,2, 9,6	0,9
wyższe	-2,7	-20, 14	0,8

Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-2,2	-11, 6,4	0,6
rozwiedziony	-1,4	-9,4, 6,5	0,7
wdowiec	3,5	-14, 21	0,7
partner	-1,2	-8,8, 6,3	0,8
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-14	-31, 2,4	0,09
programowanego oddziaływania	1,1	-4,8, 7,1	0,7
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	16	-1,3, 34	0,05*
zamknięty	18	1,1, 36	0,02*
grupa * pomiar eksperymentalna	1,0	-4,8, 6,9	0,7

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Dane zaprezentowane w tabeli 61 wskazują, że efekt przeprowadzonych warsztatów nie jest istotny statystycznie. Niemniej jednak przeprowadzone analizy wskazały, że wystąpiły istotne różnice w zakresie zmiennej ubocznej związanej z typem zakładu karnego, w którym badani mężczyźni odbywali karę pozbawienia wolności ($p<0,05$). Skazani mężczyźni przebywający w zakładzie karnym typu zamkniętego oraz półotwartego uzyskali istotnie wyższe wynik w porównaniu do mężczyzn, którzy przebywali w zakładzie typu otwartego. Różnica wynosiła 18 i 16 punktów. Oznacza to, że byli oni bardziej skłonni do dostosowania się do innych w sytuacji konfliktowej. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejnym analizowanym stylem rozwiązywania konfliktów był kompromis.

Tabela 62. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie kompromisowości jako stylu rozwiązywania konfliktów

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	3,1	-3,9, 10	0,4
wiek	0,13	-0,21, 0,47	0,4
miejsce zamieszkania	-0,98	-7,7, 5,8	0,8
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-7,2	-19, 4,7	0,2
średnie	-5,5	-18, 6,6	0,4
zawodowe	-6,7	-19, 5,5	0,3
wyższe	-15	-37, 7,4	0,2
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	3,1	-8,1, 14	0,6
rozwiedziony	5,4	-5,0, 16	0,3
wdowiec	-6,4	-30, 17	0,6
partner	3,6	-6,2, 13	0,5
System odbywania kary			

zwykły	-	-	-
terapeutyczny	2,3	-20, 24	0,8
programowanego oddziaływania	3,9	-3,9, 12	0,3
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-16	-39, 7,1	0,2
zamknięty	-15	-37, 7,8	0,2
grupa * pomiar eksperymentalna	-7,8	-14, -1,9	0,01*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Z danych zawartych w powyższej tabeli wynika, że wystąpiła różnica istotna statystycznie w grupie uczestniczącej w warsztatach (p<0,05). Pomiędzy pomiarem początkowym i końcowym zanotowano spadek uzyskanych punktów o 7,8. Oznacza to, że skazani mężczyźni rzadziej stosowali kompromis jako sposób rozwiązywania konfliktów po zakończonym warsztacie. Pozostałe zmienne uboczne włączone do modelu okazały się nieistotne.

Kolejnym analizowanym stylem rozwiązywania konfliktów było rywalizowanie.

Tabela 63. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie rywalizowania jako stylu rozwiązywania konfliktów

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	1,5	-5,0, 8,0	0,7
wiek	-0,22	-0,53, 0,09	0,2
miejsce zamieszkania	-3,7	-10,0, 2,5	0,2
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-3,6	-15, 7,4	0,5
średnie	-3,9	-15, 7,3	0,5
zawodowe	-4,4	-16, 6,9	0,4
wyższe	6,3	-14, 27	0,5
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	6,5	-3,9, 17	0,2
rozwiedziony	0,92	-8,7, 11	0,9
wdowiec	6,4	-15, 28	0,6
partner	-2,8	-12, 6,3	0,5
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	1,9	-19, 23	0,9
programowanego oddziaływania	-1,8	-9,1, 5,5	0,6
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	2,4	-19, 24	0,8
zamknięty	6,3	-14, 27	0,6
grupa * pomiar eksperymentalna	4,3	-0,65, 9,3	0,09

Źródło: opracowanie własne.

Dane zawarte w tabeli 63 wskazują, że przeprowadzony warsztat nie przyczynił się do istotnej statystycznie zmiany uzyskanych wyników w zakresie rywalizowania, jako sposobu rozwiązywania konfliktów. Włączone do modelu zmienne uboczne również okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejny analizowanym stylem rozwiązywania konfliktów było unikanie.

Tabela 64. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie unikania jako stylu rozwiązywania konfliktów

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	-3,8	-8,8, 1,2	0,14
wiek	0,07	-0,17, 0,31	0,6
miejsce zamieszkania	4,7	-0,11, 9,5	0,06~
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	8,5	0,04, 17	0,05*
średnie	4,8	-3,8, 13	0,3
zawodowe	5,4	-3,3, 14	0,2
wyższe	7,8	-7,8, 23	0,3
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-2,1	-10, 5,9	0,6
rozwiedziony	-7,1	-14, 0,25	0,06~
wdowiec	-9,8	-26, 6,6	0,2
partner	2,3	-4,7, 9,2	0,5
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-2,8	-19, 13	0,7
programowanego oddziaływania	0,18	-5,4, 5,8	0,9
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,70	-16, 17	0,9
zamknięty	-8,4	-24, 7,6	0,3
grupa * pomiar eksperymentalna	1,6	-3,9, 7,0	0,6

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~- tendencja statystyczna.

Dane zaprezentowane w tabeli 64 wskazują, że efekt przeprowadzonych warsztatów nie jest istotny statystycznie w zakresie unikania jako stylu rozwiązywania konfliktów. Zmienna wykształcenie ($p<0,05$) zróżnicowała badaną grupę. Osoby z wykształceniem gimnazjalnym uzyskały o 8,5pkt. więcej w porównaniu do osób, które edukację zakończyły na szkole podstawowej w tym zakresie. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorących udział w warsztatach biorąc pod uwagę ich miejsce zamieszkania i stan cywilny ($p=0,06$). Osoby mieszkające w gminach wiejskich uzyskały o 4,7 pkt więcej w porównaniu do mężczyzn z miast, a osoby rozwiedzione uzyskały mniej o 2,4 pkt. w porównaniu do osób samotnych w tym zakresie. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Ostatnim przeanalizowanym stylem rozwiązywania konfliktów była współpraca.

Tabela 65. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie współpracy jako stylu rozwiązywania konfliktów

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	-0,07	-5,4, 5,2	0,9
wiek	0,24	-0,01, 0,50	0,68
miejsce zamieszkania	-0,81	-5,9, 4,3	0,8
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	4,2	-4,8, 13	0,4
średnie	8,8	-0,32, 18	0,06~
zawodowe	5,3	-4,0, 14	0,3
wyższe	3,3	-13, 20	0,7
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-5,3	-14, 3,1	0,2
rozwiedziony	2,2	-5,7, 10	0,6
wdowiec	6,4	-11, 24	0,5
partner	-1,7	-9,1, 5,7	0,7
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	14	-2,2, 30	0, 90
programowanego oddziaływania	-2,7	-8,5, 3,1	0,4
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-4,0	-21, 13	0,7
zamknięty	-2,3	-19, 15	0,8
grupa * pomiar eksperymentalna	1,0	-4,6, 6,7	0,7

Źródło: opracowanie własne.

~- tendencja statystyczna.

Dane zaprezentowane w powyższej tabeli wskazały, że przeprowadzone warsztaty nie przyczyniły się do wystąpienia zmian istotnych statystycznie w zakresie współpracy jako sposobu rozwiązywania konfliktów. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorących udział w warsztatach w przypadku zmiennej ubocznej wykształcenie (p=0,06). Osoby z wykształceniem średnim uzyskały więcej o 8,8 pkt. w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym w tym aspekcie. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne.

Uzyskane wyniki w zakresie styli rozwiązywania konfliktów przez skazanych mężczyzn biorących udział w autorskim programie wskazały na wzrost stosowania przez nich stylu opartego na kompromisie oraz częściowo na konkurowaniu, co może wskazywać, że z jednej strony byli gotowi do częściowej rezygnacji z własnych potrzeb, a z drugiej chcieli „bronić” swojego stanowiska. Można przypuszczać, że udział w warsztatach przyczynił się do

wzrostu ich wiedzy w zakresie konstruktywnych sposobów rozwiązywania konfliktów i ich znaczenia w życiu codziennym.

4.6. Umiejętności dotyczące życia codziennego i korzystania z różnorodnych form pomocy

Problem badawczy szczegółowy: Jakie zmiany zaszły w poziomie umiejętności dotyczących życia codziennego oraz korzystania z różnorodnych form wsparcia po zrealizowaniu autorskiego programu readaptacji społecznej?

W pierwszej kolejności przeanalizowano różnice pomiędzy badanymi grupami mężczyzn będących w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego w zakresie różnych umiejętności związanych z życiem codziennym takich jak: szukanie pracy, przygotowanie CV/ Listu motywacyjnego, obsługa biletomatu, bankomatu, korzystanie z komputera, Internetu oraz radzenie sobie w sytuacjach stresowych i konfliktowych, osiągania zamierzonych celów czy rozmów z dziećmi.

Tabela 66. Porównanie wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie w umiejętności życia codziennego w pierwszym pomiarze (pretest)

Umiejętności życia codziennego	Grupa	Pomiar	M	Sd	test U Manna-Withneya	p
Przygotowanie CV/ listu motywacyjnego	E	1	1,770	0,785	13339,5	0,12
	K	1	1,562	0,610		
Szukanie pracy	E	1	1,688	0,854	1363,5	0,04*
	K	1	1,362	0,605		
Wypełnienie Pit-u	E	1	2,292	1,110	1128,0	0,13
	K	1	2,333	1,117		
Obsługa biletomatu, parkometru, bankomatu/wpłatomatu, paczkomatu itp,	E	1	1,438	0,769	1231,5	0,4
	K	1	1,396	0,844		
Korzystanie z komputera i szukanie informacji w Internecie	E	1	1,438	0,616	1317,0	0,13
	K	1	1,292	0,617		
Dokonanie rezerwacji biletu np, do kina, na pociąg, autobus	E	1	1,625	0,789	1392,0	0,04*
	K	1	1,417	0,821		
Radzenie sobie ze	E	1	1,917	0,794	1431,0	0,02*

stresem	K	1	1,583	0,710		
Osiąganie zamierzonych celów	E	1	1,833	0,694	1515,0	0,03*
	K	1	1,458	0,683		
Rozwiązywanie sytuacji konfliktowych	E	1	2,000	0,772	1582,0	0,001*
	K	1	1,500	0,715		
Rozmawianie ze swoimi dziećmi***	E	1	0,854	1,072	497,0	0,001*
	K	1	1,412	0,743		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, * - wynik istotny statystycznie
***odpowiadali tylko mężczyźni, którzy mają dzieci.

Analiza statystyczna z wykorzystaniem testu U Manna –Whitney'a wykazała, że badani z grupy eksperymentalnej w pierwszym pomiarze różnili się w sposób istotny statystycznie od skazanych mężczyzn z grupy kontrolnej w zakresie umiejętności dotyczącej szukania pracy (p<0,04), dokonywania rezerwacji internetowych (p<0,04), radzenia sobie ze stresem (p<0,02), osiągania zamierzonych celów (p<0,03) i rozwiązywania sytuacji konfliktowych (p<0,001). Wyższe średnie wyniki w zakresie tych umiejętności uzyskali badani z grupy eksperymentalnej. Dodatkowo umiejętnością różnicującą skazanych mężczyzn były rozmowy ze swoimi dziećmi (p<0,001).W tym przypadku wyższe średnie wyniki uzyskali badani z grupy kontrolnej. Pozostałe umiejętności życia codziennego nie zróżnicowały badanych mężczyzn.

W dalszej części sprawdzono czy wystąpiły istotne różnice pomiędzy grupą eksperymentalną i kontrolną w zakresie umiejętności życia codziennego pomiędzy pierwszym a drugim pomiarem.

Tabela 67. Porównanie wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie umiejętności życia codziennego w pierwszym i drugim pomiarze

Umiejętności życia codziennego	Grupa	Pomiar	M	Sd	Test Wilcoxona	p
Przygotowanie CV/ listu motywacyjnego	E	1	1,500	0,505	123,0	0,01*
		2	1,771	0,778		
	K	1	1,562	0,741	0,0	1
		2	1,562	0,741		
Szukanie pracy	E	1	1,688	0,854	122,0	0,10
		2	1,458	0,504		
	K	1	1,362	0,605	0,00	0,3
		2	1,375	0,640		
Wypełnienie Pit-u	E	1	2,292	1,110	252,0	0,6
		2	2,229	0,928		

	K	1	2,333	1,117	3,0	0,3
		2	2,292	1,129		
Obsługa biletomatu, parkometru, bankomatu/wpłatomatu, paczkomatu itp,	E	1	1,438	0,769	88,0	0,2
		2	1,625	0,914		
	K	1	1,396	0,844	1,0	0,1
		2	1,375	0,815		
Korzystanie z komputera i szukanie informacji w Internecie	E	1	1,438	0,616	155,5	0,9
		2	1,458	0,617		
	K	1	1,292	0,617	0,0	1
		2	1,312	0,624		
Dokonanie rezerwacji biletu np, do kina, na pociąg, autobus	E	1	1,625	0,789	110,5	0,6
		2	1,667	0,953		
	K	1	1,417	0,821	1,0	0,1
		2	1,396	0,792		
Radzenie sobie ze stresem	E	1	1,917	0,794	108,0	0,9
		2	1,896	0,778		
	K	1	1,583	0,710	0,0	1
		2	1,583	0,710		
Osiąganie zamierzonych celów	E	1	1,833	0,694	140,0	0,15
		2	1,688	0,468		
	K	1	1,458	0,683	0,0	1
		2	1,458	0,683		
Rozwiązywanie sytuacji konfliktowych	E	1	2,000	0,772	265,0	0,001*
		2	1,646	0,483		
	K	1	1,500	0,715	0,00	1
		2	1,500	0,715		
Rozmawianie ze swoimi dziećmi***	E	1	0,854	1,072	211,0	0,1
		2	0,667	0,724		
	K	1	1,412	0,743	1,0	1
		2	0,979	0,863		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie
***odpowiadali tylko mężczyźni, którzy mają dzieci

Analiza statystyczna z wykorzystaniem Testu Wilcoxona wykazała różnice istotne statystycznie pomiędzy pomiarem początkowym a końcowym w grupie eksperymentalnej. Istotne różnice dotyczyły umiejętności odnoszących się do pisania CV/ listu motywacyjnego ($p<0,01$) oraz rozwiązywania sytuacji konfliktowych ($p<0,001$). W zakresie umiejętności pisania CV/ listu motywacyjnego wyższe średnie wyniki uzyskali badani z grupy eksperymentalnej w drugim pomiarze, a w przypadku rozwiązywania sytuacji konfliktowych

w pierwszym. Ponadto zastosowane analizy nie wykazały żadnych różnic pomiędzy pomiarami w grupie kontrolnej.

Następnie sprawdzono czy wystąpiły istotne statystycznie różnice pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez skazanych mężczyzn w zakresie umiejętności życia codziennego w drugim pomiarze.

Tabela 68. Porównanie średnich wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie w umiejętności życia codziennego w drugim pomiarze (posttest)

Umiejętności życia codziennego	Grupa	Pomiar	M	Sd	T U Manna-Whitney'a	p
Przygotowanie CV/ listu motywacyjnego	E	2	1,771	0,778	1164,0	0,9
	K	2	1,562	0,741		
Szukanie pracy	E	2	1,458	0,504	1274,0	0,3
	K	2	1,375	0,640		
Wypełnienie Pit-u	E	2	2,229	0,928	1129,5	0,8
	K	2	2,292	1,129		
Obsługa biletomatu, parkometru, bankomatu/wpłatomatu, paczkomatu itp,	E	2	1,625	0,914	1360	0,06~
	K	2	1,375	0,815		
Korzystanie z komputera i szukanie informacji w Internecie	E	2	1,458	0,617	1317,5	0,14
	K	2	1,312	0,624		
Dokonanie rezerwacji biletu np, do kina, na pociąg, autobus	E	2	1,667	0,953	1344,0	0,09
	K	2	1,396	0,792		
Radzenie sobie ze stresem	E	2	1,896	0,778	1422,0	0,02*
	K	2	1,583	0,710		
Osiąganie zamierzonych celów	E	2	1,688	0,468	1462,5	0,001*
	K	2	1,458	0,683		
Rozwiązywanie sytuacji konfliktowych	E	2	1,646	0,483	1354,0	0,09
	K	2	1,500	0,715		
Rozmawianie ze swoimi dziećmi***	E	2	0,667	0,724	923,0	0,07~
	K	2	0,979	0,863		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie,
~ - tendencja statystyczna.
***odpowiadali tylko mężczyźni, którzy mają dzieci.

Analiza statystyczna z zastosowaniem testu nieparametrycznego U Manna- Whitney'a wykazała, że istnieją różnice istotne statystycznie w zakresie umiejętności życia codziennego pomiędzy grupą eksperymentalną i kontrolną w drugim pomiarze. Badane grupy różniły się

zakresie umiejętności dotyczącej radzenia sobie ze stresem (p<0,02) i osiągania zamierzonych celów (p<0,001). Wyższe średnie wyniki uzyskali uczestnicy warsztatów. Dodatkowo wystąpiła tendencja statystyczna w zakresie umiejętności związanych z obsługą urządzeń elektronicznych np. biletomat, parkometr, bankomat (p=0,06) oraz prowadzenia rozmów ze swoimi dziećmi (p=0,07). W zakresie obsługi urządzeń elektronicznych wyżej swoje umiejętności ocenili skazani z grupy eksperymentalnej a zakresie prowadzenia rozmów z dziećmi mężczyźni z grupy kontrolnej.

W dalszej kolejności zaprezentowano szczegółowe modele w zakresie poszczególnych umiejętności życia codziennego z uwzględnieniem zmiennych ubocznych.

Tabela 69. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie przygotowania CV/listu motywacyjnego jako umiejętności życia codziennego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,19	-0,13, 0,51	0,3
wiek	-0,01	-0,02, 0,01	0,4
miejsce zamieszkania	-0,04	-0,34, 0,27	0,8
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,23	-0,77, 0,31	0,4
średnie	-0,23	-0,79, 0,32	0,4
zawodowe	0,00	-0,56, 0,55	0,9
wyższe	-0,26	-1,3, 0,74	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,19	-0,70, 0,32	0,5
rozwiedziony	0,11	-0,36, 0,58	0,7
wdowiec	-0,45	-1,5, 0,60	0,4
partner	0,04	-0,40, 0,49	0,8
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,40	-1,4, 0,60	0,4
programowanego oddziaływania	-0,31	-0,66, 0,04	0,08
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,71	-0,33, 1,8	0,2
zamknięty	0,59	-0,43, 1,6	0,3
grupa * pomiar eksperymentalna	0,27	-0,49, 0,05	0,01*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Z danych zawartych w tabeli 69 wynika, że wystąpiły różnice istotne statystycznie w grupie eksperymentalnej (p<0,05) w zakresie przygotowania CV/listu motywacyjnego jako umiejętności życia codziennego o 0,27 pkt. Oznacza to, że uczestnicy warsztatów zdobyli nowe umiejętności w tym zakresie. Pozostałe zmienne uboczne włączone do modelu okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejnym analizowanym elementem związanym z wykonywaniem czynności codziennych była umiejętność poszukiwania pracy.

Tabela 70. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie poszukiwania pracy jako umiejętności życia codziennego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,36	0,09, 0,62	0,01*
wiek	0,00	-0,01, 0,01	0,8
miejsce zamieszkania	-0,24	-0,49, 0,02	0,070
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,18	-0,63, 0,27	0,4
średnie	-0,12	-0,58, 0,33	0,6
zawodowe	0,10	-0,36, 0,56	0,7
wyższe	0,13	-0,70, 0,96	0,8
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,21	-0,63, 0,21	0,3
rozwiedziony	0,11	-0,29, 0,50	0,6
wdowiec	-0,45	-1,3, 0,42	0,3
partner	-0,06	-0,43, 0,31	0,8
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,44	-1.3, 0,36	0,3
programowanego oddziaływania	-0,37	-0,66, -0,09	0,01*
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,43	-0,43, 1,3	0,3
zamknięty	0,33	-0,52, 1,2	0,4
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,26	-0,53, 0,01	0,06~

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie; ~- tendencja statystyczna.

Uzyskane dane wskazują na tendencję statystyczną w grupie biorącej udział w warsztatach (p=0,06) w zakresie poszukiwania pracy jako umiejętności życia codziennego. Różnica pomiędzy pomiarami wyniosła -0,26 pkt. co oznacza, że po udziale w zajęciach badani mężczyźni gorzej ocenili swoje umiejętności w zakresie szukania pracy, co może wynikać z obawy przed współczesnymi sposobami szukania pracy np. przez Internet. Niemniej jednak włączone do modelu zmienne uboczne „długość odbywania kary" i system odbywania kary" (p<0,05) zróżnicowały badanych mężczyzn. Oznacza to, że mężczyźni, odbywający kary ponad 5 lat pozbawienia wolności uzyskali o 0,36 pkt. więcej w porównaniu do mężczyzn, których wyrok nie przekraczał 5 lat w zakresie poszukiwania pracy. Z kolei skazani odbywający karę w systemie programowanego oddziaływania uzyskali o 0,37 pkt. mniej w tym zakresie w porównaniu do skazanych, którzy odbywali karę w systemie zwykłym. Może to wskazywać, że byli świadomi trudności związanych ze znalezieniem pracy

po opuszczeniu zakładu karnego. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

W dalszej kolejności analizie poddano umiejętność rozliczenia PIT-u.

Tabela 71. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie rozliczenia PIT-u jako umiejętności życia codziennego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,25	-0,08, 0,57	0,1
wiek	-0,01	-0,02, 0,01	0,5
miejsce zamieszkania	-0,22	-0,53, 0,09	0,2
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,15	-0,70, 0,39	0,6
średnie	-0,11	-0,67, 0,44	0,7
zawodowe	0,19	-0,37, 0,75	0,5
wyższe	-0,28	-1,3, 0,73	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,28	-0,80, 0,23	0,3
rozwiedziony	-0,17	-0,65, 0,30	0,5
wdowiec	-0,42	-1,5, 0,64	0,4
partner	-0,10	-0,55, 0,34	0,6
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,49	-1,5, 0,51	0.3
programowanego oddziaływania	-0,30	-0,66, 0,05	0,09
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,43	-0,62, 1,5	0,4
zamknięty	0,37	-0,66, 1,4	0,5
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,17	-0,42, 0,09	0,2

Źródło: opracowanie własne.

Powyższe wyniki wskazują, że żaden z efektów włączonych do modelu analizy kowariancji nie był istotny statystycznie. Oznacza to, że żadna ze zmiennych ubocznych nie ma istotnego znaczenia w zakresie rozliczenia PIT-u jako umiejętności życia codziennego.

Kolejną umiejętnością związaną z zżyciem codziennym, która została poddana analizie było korzystanie z urządzeń elektronicznych np. bankomat, paczkomat, parkometr itp.

Tabela 72. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie obsługi urządzeń elektronicznych (np. bankomat, parkometr it.) jako umiejętności życia codziennego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,44	0,01, 0,88	0,05*
wiek	-0,01	-0,03, 0,01	0,4
miejsce zamieszkania	-0,53	-0,94, -0,11	0,01*
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-

gimnazjalne	-0,27	-1,0, 0,46	0,5
średnie	-0,43	-1,2, 0,31	0,3
zawodowe	-0,68	-1,4, 0,07	0,07~
wyższe	-0,72	-2,1, 0,63	0,3
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,57	-1,3, 0,12	0,11
rozwiedziony	-0,20	-0,84, 0,44	0,5
wdowiec	-0,79	-2,2, 0,62	0,3
partner	-0,49	-1,1, 0,12	0,12
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0.78	-2,1, 0,58	0,3
programowanego oddziaływania	-0.04	-0,53, 0,44	0,9
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,42	-1,8, 0,99	0,6
zamknięty	-0,30	-1,7, 1,1	0,7
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,02	-0,39, 0,35	0,9

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~- tendencja statystyczna.

Uzyskane wyniki wskazują, że przeprowadzone zajęcia nie przyczyniły się do wzrostu umiejętności związanych z obsługą urządzeń elektronicznych. Zmienna długość wyroku i miejsce zamieszkania ($p<0,05$) zróżnicowały badaną grupę. Osoby odbywające kary ponad 5 lat pozbawienia wolności uzyskały o 0,44 pkt. więcej w porównaniu do mężczyzn skazanych na kary do 5 lat pozbawienia wolności. Z kolei osoby pochodzące z gmin wiejskich uzyskały o 0,53 pkt. mniej w porównaniu do osób pochodzących z miast w zakresie obsługi urządzeń elektronicznych. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę ich wykształcenie ($p=0,07$). Osoby z wykształceniem zawodowym uzyskały o 0,68 pkt. mniej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym w tym zakresie. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną analizowaną umiejętność dotyczyła obsługi komputera i wyszukiwania informacji w Internecie.

Tabela 73. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie obsługi komputera i wyszukoiwania informacji w Internecie jako umiejętności życia codziennego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,26	-0,10, 0,63	0,2
wiek	0,01	-0,01, 0,02	0,5
miejsce zamieszkania	0,18	-0,17, 0,53	0,3
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,25	-0,86, 0,37	0,4
średnie	-0,23	-0,86, 0,39	0,5

zawodowe	-0,04	-0,67, 0,59	0,9
wyższe	0,30	-0,83, 1,4	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,51	-1,1, 0,07	0,08
rozwiedziony	-0,28	-0,82, 0,25	0,3
wdowiec	-0,64	-1,8, 0,55	0,3
partner	-0,16	-0,66, 0,35	0,5
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-1,1	-2,2, -0,04	0,04*
programowanego oddziaływania	-0,49	-0,88, -0.11	0,01*
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,47	-0,72, 1,7	0,4
zamknięty	0,13	-1,0, 1,3	0,8
grupa * pomiar eksperymentalna	0,21	-0,08, 0,50	0,2

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Zastosowane szczegółowe analizy wskazały, że przeprowadzenie zajęć i udział w programie nie przyczynił się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian. W przypadku zmiennej system odbywania kary wystąpiły różnice na poziomie <0,05. Okazało się, że osoby odbywające karę w systemie terapeutycznym i programowanego oddziaływania uzyskały o 1,1 pkt i 0,49 pkt. mniej w zakresie obsługi komputera i wyszukiwania informacji w Internecie w porównaniu do skazanych odbywających karę w systemie zwykłym. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną poddaną analizie umiejętnością było dokonanie rezerwacji internetowej.

Tabela 74. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie dokonania rezerwacji internetowej (np. bilet do kina, na pociąg, autobus) jako umiejętności życia codziennego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,26	0,01, 0,51	0,05*
wiek	0,00	-0,01, 0,01	0,7
miejsce zamieszkania	-0,19	-0,43, 0,05	0,12
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,12	-0,54, 0,30	0,6
średnie	-0,13	-0,56, 0,30	0,5
zawodowe	0,24	-0,20, 0,67	0,3
wyższe	-0,07	-0,84, 0,71	0,9
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,04	-0,44, 0,36	0,8
rozwiedziony	-0,28	-0,64, 0,09	0,1
wdowiec	-0,30	-1,1, 0,51	0,5
partner	0,08	-0,27, 0,42	0,7

System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,17	-0,95, 0,60	0,7
programowanego oddziaływania	-0,22	-0,49, 0,06	0,1
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,63	-0,18, 1,4	0,13
zamknięty	0,45	-0,34, 1,2	0,3
grupa * pomiar eksperymentalna	0,00	-0,25, 0,25	0,9

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Dane zaprezentowane w tabeli 74 wskazują, że przeprowadzone warsztaty nie przyczyniły się do wystąpienia zmian istotnych statystycznie w zakresie dokonania rezerwacji internetowej jako umiejętności życia codziennego. Niemniej jednak przeprowadzone analizy wykazały, że zmienna uboczna długość odbywania kary zróżnicowała badanych mężczyzn ($p<0,05$). Oznacza to, że skazani na kary ponad 5 lat pozbawienia wolności uzyskali o 0,26 pkt. więcej w porównaniu z do skazany na kary do 5 lat w tym zakresie. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

W dalszej kolejności przeanalizowano umiejętności związane z radzeniem sobie ze stresem.

Tabela 75. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie radzenia sobie ze stresem jako umiejętności życia codziennego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,56	0,12, 1,0	0,01*
wiek	0,00	-0,01, 0,02	0,7
miejsce zamieszkania	0,08	-0,26, 0,42	0,6
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,36	-0,97, 0,25	0,2
średnie	-0,26	-0,88, 0,35	0,4
zawodowe	0,04	-0,58, 0,66	0,9
wyższe	-0,47	-1,6, 0,65	0,4
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,30	-0,87, 0,27	0,3
rozwiedziony	-0,19	-0,72, 0,34	0,5
wdowiec	-0,22	-1,4, 0,96	0,7
partner	-0,04	-0,54, 0,45	0,9
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,39	-1,5, 0,73	0,5
programowanego oddziaływania	-0,34	-0,73, 0,06	0,09
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,49	-0,68, 1,7	0,4
zamknięty	0,27	-0,87, 1,4	0,6

grupa * pomiar eksperymentalna	0,06	-0,25, 0,37	0,7

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Z danych zawartych w tabeli numer 75 wynika, że przeprowadzone warsztaty nie przyczyniły się do wystąpienia zmian istotnych statystycznie w zakresie radzenia sobie ze stresem jako umiejętności życia codziennego. Jedynie w przypadku zmiennej długość odbywania kary wystąpiły różnice na poziomie p<0,05. Okazało się, że mężczyźni skazani na kary ponad 5 lat pozbawienia wolności uzyskali o 0,56 pkt. więcej w porównaniu z do skazany na kary do 5 lat w tym zakresie. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną analizowaną czynnością zaliczoną do umiejętności życia codziennego było osiąganie celów.

Tabela 76. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie osiągania celów jako umiejętności życia codziennego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,25	-0,08, 0,57	0,2
wiek	0,00	-0,01, 0,02	0,9
miejsce zamieszkania	-0,13	-0,44, 0,18	0,5
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,40	-0,95, 0,15	0,15
średnie	-0,36	-0,91, 0,20	0,2
zawodowe	-0,15	-0,71, 0,41	0,8
wyższe	-0,93	-1,9, 0,09	0,13
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,26	-0,78, 0,26	0,3
rozwiedziony	0,08	-0,40, 0,55	0,8
wdowiec	-0,33	-1,4, 0,73	0,5
partner	0,02	-0,43, 0,48	0,9
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,45	-1,5, 0,57	0,4
programowanego oddziaływania	0,00	-0,37, 0,36	0,9
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,98	-0,08, 2,0	0,06~
zamknięty	1,0	-0,02, 2,0	0,05*
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,02	-0,26, 0,22	0,9

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Z danych zaprezentowanych w tabeli 76 wynika, że przeprowadzone zajęcia nie przyczyniły się do wzrostu umiejętności życia codziennego związanej z osiąganiem celów.

Zmienna typ zakładu karnego zróżnicowała badaną grupę (p<0,05). Osoby odbywające karę w zakładzie karnym typu zamkniętego uzyskały o 1,0 pkt. więcej w porównaniu do skazanych z zakładu karnego typu otwartego. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę typ zakładu karnego (p=0,06). Skazani mężczyźni z zakładu karnego typu półotwartego uzyskali o 0,98 pkt. więcej w porównaniu do skazanych z zakładu karnego typu otwartego w tym zakresie. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Dalszej analizie poddano umiejętność związana z rozwiązywaniem konfliktów.

Tabela 77. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie rozwiązywania konfliktów jako umiejętności życia codziennego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,08	-0,19, 0,34	0,6
wiek	0,01	0,00, 0,02	0,2
miejsce zamieszkania	-0,35	-0,63, -0,12	0,01*
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,12	-0,57, 0,33	0,6
średnie	0,03	-0,43, 0,48	0,9
zawodowe	0,04	-0,43, 0,50	0,9
wyższe	-0,61	-1,4, 0,22	0,2
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,35	-0,78, 0,07	0,11
rozwiedziony	0,05	-0,34, 0,44	0,8
wdowiec	-0,43	-1,3, 0,44	0,3
partner	-0,17	-0,54, 0,20	0,4
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,30	-1,1, 0,54	0,5
programowanego oddziaływania	-0,07	-0,37, 0,23	0,6
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,71	-0,16, 1,6	0,11
zamknięty	0,86	0,02, 1,7	0,05*
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,15	-0,34, 0,05	0,14

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Zastosowane szczegółowe analizy wskazały, że przeprowadzenie zajęć i udział skazanych w programie nie przyczynił się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie rozwiązywania sytuacji konfliktowych jak umiejętności życia codziennego. W przypadku zmiennej miejsce zamieszkania i typ zakładu karnego wystąpiły istotne różnice na poziomie p<0,05. Oznacza to, że skazani pochodzący z miast uzyskali o 0,35 pkt. więcej w porównaniu do skazanych mężczyzn mieszkających w miastach. Z kolei skazani odbywający karę w zakładzie karnym typu zamkniętego uzyskali o 0,86 pkt. więcej

w porównaniu do skazanych odbywających karę w zakładzie typu otwartego w tym zakresie. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

Ostatnią analizowaną czynnością była umiejętność dotycząca rozmów z dziećmi.

Tabela 78. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie rozmów z dziećmi jako umiejętności życia codziennego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,21	-0,09, 0,51	0,2
wiek	0,01	-0,01, 0,02	0,5
miejsce zamieszkania	-0,28	-0,60, -0,02	0,06~
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,00	-0,51, 0,51	0,9
średnie	-0,06	-0,58, 0,46	0,8
zawodowe	0,12	-0,40, 0,65	0,6
wyższe	0,27	-0,67, 1,2	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,10	-0,58, 0,38	0,7
rozwiedziony	-0,11	-0,56, 0,33	0,6
wdowiec	-0,58	-1,6, 0,41	0,3
partner	-0,17	-0,60, 0,25	0,4
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0.56	-1.5, 0.39	0.2
programowanego oddziaływania	-0.07	-0.41, 0.26	0.7
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,40	-0,59, 1,4	0,4
zamknięty	0,53	-0,43, 1,5	0,3
grupa * pomiar eksperymentalna	0,38	-0,59, -0,16	0,01*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie; ~ - tendencja statystyczna.

Z danych zawartych w tabeli 78 wynika, że przeprowadzony program okazał się istotny statystycznie $p<0,05$ w zakresie rozmów z dziećmi jako umiejętności życia codziennego. Oznacza to, że mężczyźni biorący udział w warsztatach zdobyli nowe umiejętności w tym zakresie. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę ich miejsce zamieszkania (p=0,06). Skazani pochodzący z miast uzyskali o 0,28 pkt. mniej w porównaniu do skazanych mężczyzn mieszkających w miastach w tym zakresie. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

Uzyskane wyniki w zakresie umiejętności życia codziennego przez skazanych mężczyzn biorących udział w autorskim programie wskazują, że zajęcia pozwoliły im na zdobycie nowej wiedzy w tym zakresie np. pisanie CV/ listu motywacyjnego czy rozmów z dziećmi, jak również uświadomiły im pewne trudności wynikające z postępu technicznego

np. w zakresie szukania pracy. Można przypuszczać, że udział w warsztatach przyczynił się do wzrostu ich wiedzy w zakresie umiejętności związanych z życiem codziennym w warunkach wolnościowych, jak również do wzrostu ich świadomości związanej z zagrożeniami wynikającymi z postępu cywilizacyjnego.

W dalszej kolejności analizie poddano osoby, do których skazani zwracają się po pomoc.

Kolejną analizowaną zmienną w zakresie psychospołecznego funkcjonowania skazanych mężczyzn była potrzeba uzyskania pomocy i wsparcia od osól, które jej udzielają. Dlatego też na początku sprawdzono czy wystąpiły różnice istotne statystycznie pomiędzy pomiarem początkowym w grupie eksperymentalnej i kontrolnej.

Tabela 79. Porównanie wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie potrzeby uzyskania pomocy i wsparcia od osób jej udzielających w pierwszym pomiarze (pretest)

Osoby udzielające pomocy i wsparcia	Grupa	Pomiar	M	Sd	Test U Manna-Whitney'a	p
Prawnik	E	1	1,833	1,506	1109,0	0,8
	K	1	1,596	1,097		
Pracownik socjalny	E	1	2,042	1,611	1088,0	0,6
	K	1	2,042	1,336		
Kurator sądowy	E	1	1,708	1,202	909,0	0,04*
	K	1	2,146	1,337		
Psycholog	E	1	1,250	0,758	987,0	0,08
	K	1	1,500	0,968		
Ksiądz	E	1	1,312	0,949	1061,5	0,3
	K	1	1,438	0,943		
Mediator	E	1	1,042	0,289	984,5	0,01*
	K	1	1,333	0,834		
Lekarz	E	1	1,646	1,280	886,0	0,02*
	K	1	2,375	1,671		
Inne	E	1	0,104	0,515	45,0	0,001*
	K	1	1,759	1,380		

Źródło: opracowanie własne.

K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, * - wynik istotny statystycznie.

Analiza statystyczna z zastosowaniem testu U Manna-Whitney'a wykazała, że istnieją różnice istotne statystycznie w wynikach dotyczących korzystania z pomocy i wsparcia od osób, które jej udzielają pomiędzy skazanymi mężczyznami z grupy eksperymentalnej i kontrolnej w pierwszym pomiarze (pretest). Badane grupy różniły się w ocenie umiejętności uzyskania pomocy i wsparcia od kuratora sądowego (p<0,04), mediatora (0,01), lekarza (p<0,02) i innych osób np. psychoterapeuty/terapeuty (p<0,001). Wyższe średnie wyniki uzyskali badani z grupy eksperymentalnej. Ocena umiejętności korzystania z pomocy i wsparcia innych osób nie wykazała różnic istotnych statystycznie.

W dalszej części sprawdzono czy wystąpiły istotne różnice pomiędzy grupą eksperymentalną i kontrolną w zakresie potrzeby uzyskania pomocy i wsparcia w pomiędzy pierwszym a drugim pomiarem.

Tabela 80. Porównanie wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie potrzeby uzyskania pomocy i wsparcia od osób jej udzielających w pierwszym i drugim pomiarze

Osoby udzielające pomocy i wsparcia	Grupa	Pomiar	M	Sd	Test Wilcoxona	p
Prawnik	E	1	1,833	1,506	133,0	0,6
		2	2,000	1,584		
	K	1	1,596	1,097	1,0	1
		2	1,708	1,271		
Pracownik socjalny	E	1	2,042	1,611	152,0	0,4
		2	1,833	1,492		
	K	1	2,042	1,336	3,0	0,3
		2	1,979	1,329		
Kurator sądowy	E	1	1,708	1,202	120,5	0,6
		2	1,833	1,419		
	K	1	2,146	1,337	0,0	1
		2	2,188	1,331		
Psycholog	E	1	1,250	0,758	19,0	0, 9
		2	1,250	0,887		
	K	1	1,500	0,968	1,0	1
		2	1,479	0,967		
Ksiądz	E	1	1,312	0,949	17,0	0,2
		2	1,125	0,606		

	K	1	1,438	0,943	0,0	0,09
		2	1,438	0,943		
Mediator	E	1	1,042	0,289	1,0	0,01*
		2	1,583	1,427		
	K	1	1,333	0,834	0,00	0,09
		2	1,333	0,834		
Lekarz	E	1	1,646	1,280	52,5	0,04*
		2	2,292	1,798		
	K	1	2,375	1,671	0,00	0,09
		2	2,375	1,671		
Inne	E	1	0,104	0,515	3,0	1
		2	0,104	0,722		
	K	1	1,759	1,380	1,0	1
		2	1,083	1,412		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie.

Z powyższych danych wynika, że analiza statystyczna z wykorzystaniem Testu Wilcoxona wykazała różnice istotne statystycznie w zakresie potrzeby uzyskania pomocy i wsparcia od osób jej udzielających pomiędzy pierwszym i drugim pomiarem w grupie eksperymentalnej i kontrolnej. Istotne różnice dotyczyły potrzeby uzyskania wsparcia od mediatora (p<0,01) i lekarza (p<0,04). Wyższe średnie wyniki uzyskali badani z grupy kontrolnej w drugim pomiarze. Ocena umiejętności korzystania z pomocy i wsparcia innych osób nie wykazała różnic istotnych statystycznie.

Następnie sprawdzono czy wystąpiły istotne statystycznie różnice pomiędzy średnimi wynikami uzyskanymi przez skazanych mężczyzn w zakresie potrzeby uzyskania pomocy i wsparcia w drugim pomiarze.

Tabela 81. Porównanie wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie potrzeby uzyskania pomocy i wsparcia od osób jej udzielających w drugim pomiarze (posttest)

Osoby udzielające pomocy i wsparcia	Grupa	Pomiar	M	Sd	Test U Manna-Whitney'a	p
Prawnik	E	2	2,000	1,584	1185,0	0,7
	K	2	1,708	1,271		

Pracownik socjalny	E	2	1,833	1,492	1015,5	0,2
	K	2	1,979	1,329		
Kurator sądowy	E	2	1,833	1,419	917,0	0,05*
	K	2	2,188	1,331		
Psycholog	E	2	1,250	0,887	973,0	0,04*
	K	2	1,479	0,967		
Ksiądz	E	2	1,125	0,606	966,0	0,01*
	K	2	1,438	0,943		
Mediator	E	2	1,583	1,427	1152,5	1
	K	2	1,333	0,834		
Lekarz	E	2	2,292	1,798	1094,0	0,6
	K	2	2,375	1,671		
Inne	E	2	0,104	0,722	516,5	0,001*
	K	2	1,083	1,412		

Źródło: opracowanie własne.

K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie.

Analiza statystyczna z zastosowaniem testu U Manna-Whitney'a wykazała, że wystąpiły różnice istotne statystycznie w zakresie potrzeby uzyskania pomocy i wsparcia od osób, które jej udzielają przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w drugim pomiarze (posttest). Badani mężczyźni różnili się w zakresie potrzeby uzyskania pomocy ze strony kuratora sądowego ($p<0,05$), psychologa (0,04), księdza ($p<0,01$) i innych osób np. psychoterapeuty (0,001). Wyższe średnie wyniki uzyskali badani z grupy kontrolnej. W przypadku innych wskazanych osób nie wystąpiły istotne różnice.

W dalszej kolejności zaprezentowano szczegółowe modele analizy w zakresie poszczególnych osób udzielających pomocy i wsparcia z uwzględnieniem zmiennych ubocznych.

Tabela 82. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie korzystania z pomocy prawnika

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	-0,16	-0,81, 0,49	0,6
wiek	-0,01	-0,03, 0,02	0,7
miejsce zamieszkania	0,40	-0,13, 0,92	0,13
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,17	-1,1, 0,74	0,7
średnie	0,33	-0,59, 1,3	0,5

zawodowe	0,29	-0,66, 1,2	0,5
wyższe	1,5	-0,24, 3,2	0,09
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,58	-1,4, 0,28	0,2
rozwiedziony	-0,79	-1,6, 0,01	0,05*
wdowiec	-0,15	-2,1, 1,7	0,9
partner	-0,27	-1,0, 0,48	0,5
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-1,2	-2,8, 0,45	0,2
programowanego oddziaływania	0,34	-0,25, 0,92	0,3
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,10	-1,9, 1,7	0,9
zamknięty	0,04	-1,7, 1,8	0,9
grupa * pomiar eksperymentalna	0,08	-0,60, 0,76	0,8

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Z danych zawartych w tabeli 82 wynika, że przeprowadzenie zajęć i udział w programie nie przyczynił się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie korzystania z pomocy prawnika. Jedynie w przypadku zmiennej stan cywilny wystąpiły różnice na poziomie $p<0,05$. Okazało się, że po zakończonych warsztatach osoby będące po rozwodzie uzyskały mniej punktów o 0,79 pkt. mniej w porównaniu do osób samotnych. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne.

Kolejną osobą z pomocy której może skorzystać osoba pozbawiona wolności był pracownik socjalny.

Tabela 83. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie korzystania z pomocy pracownika socjalnego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,20	-0,50, 0,90	0,6
wiek	0,02	-0,01, 0,05	0,2
miejsce zamieszkania	0,04	-0,52, 0,59	0,9
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,17	-1,1, 0,81	0,7
średnie	0,21	-0,78, 1,2	0,7
zawodowe	0,37	-0,65, 1,4	0,5
wyższe	1,4	-0,43, 3,3	0,13
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-1,4	-2,3, -0,47	0,04*
rozwiedziony	-1,1	-2,0, -0,26	0,01*
wdowiec	-0,85	-2,9, 1,2	0,4
partner	-0,59	-1,4, 0,21	0,15
System odbywania kary			

zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-1,7	-3,5, 0,04	0,06~
programowanego oddziaływania	0,04	-0,59, 0,66	0,9
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,50	-1,4, 2,4	0,6
zamknięty	0,91	-0,93, 2,7	0,3
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,15	-0,72, 0,43	0,6

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Zastosowane szczegółowe analizy zaprezentowane w tabeli 83 wykazały, że przeprowadzenie zajęć i udział w programie nie przyczynił się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie korzystania z pomocy pracownika socjalnego. Jednak zmienna stan cywilny ($p<0,05$) zróżnicowała badaną grupę. Okazało się, że osoby pozostające w związku małżeńskim oraz będące po rozwiedzione uzyskały o 1,4 pkt. i 1,1 pkt. mniej w porównaniu do osób samotnych. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania badanych mężczyzn biorąc pod uwagę system odbywania kary ($p=0,06$). Skazani odbywający karę w systemie terapeutycznym uzyskali o 1,7 pkt. mniej w porównaniu do skazanych, którzy przebywali w systemie zwykłym w zakresie korzystania z pomocy pracownika socjalnego. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

W dalszej kolejności przeanalizowano potrzebę uzyskania pomocy od kuratora sądowego.

Tabela 84. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie korzystania z pomocy kuratora sądowego

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,33	-0,35, 1,0	0,3
wiek	0,01	-0,02, 0,03	0,7
miejsce zamieszkania	-0,06	-0,60, 0,49	0,8
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,05	-1,0, 0,89	0,9
średnie	0,85	-0,11, 1,8	0,08~
zawodowe	-0,12	-1,1, 0,87	0,8
wyższe	-0,14	-1,9, 1,7	0,9
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,35	-0,54, 1,2	0,4
rozwiedziony	0,00	-0,84, 0,83	0,9
wdowiec	-0,38	-2,4, 1,6	0,7
partner	0,01	-0,78, 0,79	0,9
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	1,0	-0,73, 2,7	0,3
programowanego oddziaływania	0,01	-0,60, 0,62	0,9

Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,74	-2,6, 1,1	0,4
zamknięty	-0,25	-2,0, 1,5	0,8
grupa * pomiar eksperymentalna	0,08	-0,45, 0,62	0,8

Źródło: opracowanie własne.
~ - tendencja statystyczna.

Z danych zawartych w tabeli 84 wynika, że przeprowadzenie zajęć i udział w programie nie przyczynił się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian wśród badanych mężczyzn w zakresie korzystania z pomocy kuratora sądowego. Niemniej jednak wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę ich wykształcenie (p=0,08). Osoby z wykształceniem średnim uzyskały o 0,85 pkt. więcej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym w tym zakresie. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną osobą udzielająca pomocy był psycholog.

Tabela 85. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie korzystania z pomocy psychologa

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,27	-0,22, 0,77	0,3
wiek	-0,01	-0,03, 0,01	0,3
miejsce zamieszkania	0,10	-0,30, 0,50	0,6
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,24	-0,93, 0,45	0,5
średnie	0,48	-0,23, 1,2	0,2
zawodowe	-0,15	-0,87, 0,57	0,7
wyższe	1,0	-0,30, 2,3	0,13
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,58	-0,07, 1,2	0,07~
rozwiedziony	-0,28	-0,89, 0,33	0,4
wdowiec	-0,53	-2,0, 0,91	0,5
partner	-0,07	-0,64, 0,50	0,8
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,16	-1,4, 1,1	0,8
programowanego oddziaływania	-0,27	-0,72, 0,17	0,2
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,46	-1,8, 0,88	0,5
zamknięty	-0,23	-1,5, 1,1	0,7
grupa * pomiar eksperymentalna	0,02	-0,23, 0,27	0,9

Źródło: opracowanie własne.
~- tendencja statystyczna.

Uzyskane wyniki wskazują, że przeprowadzone zajęcia nie przyczyniły się wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie korzystania z pomocy psychologa. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę ich stan cywilny (p=0,07). Osoby pozostające w związku małżeńskim uzyskały o 0,58 pkt. więcej w porównaniu do osób samotnych w tym zakresie. Pozostałe zmienne uboczne włączone do modelu okazały się nieistotne.

Kolejna osobą udzielająca pomocy był ksiądz.

Tabela 86. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie korzystania z pomocy księdza

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,00	-0,45, 0,46	0,9
wiek	-0,01	-0,03, 0,01	0,5
miejsce zamieszkania	0,40	0,04, 0,77	0,03*
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,23	-0,41, 0,87	0,5
średnie	0,63	-0,02, 1,3	0,06~
zawodowe	0,25	-0,42, 0,92	0,5
wyższe	0,33	-0,88, 1,5	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,59	-0,01, 1,2	0,05*
rozwiedziony	-0,16	-0,72, 0,41	0,6
wdowiec	0,17	-1,2, 1,5	0,8
partner	-0,41	-0,94, 0,12	0,12
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,50	-1,7, 0,66	0,4
programowanego oddziaływania	-0,01	-0,43, 0,40	0,9
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,65	-1,9, 0,59	0,3
zamknięty	-0,19	-1,4, 1,0	0,8
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,19	-0,47, 0,09	0,2

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Uzyskane wyniki wskazują, że przeprowadzone zajęcia nie przyczyniły się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie korzystania z pomocy księdza. Zmienne miejsce zamieszkania i stan cywilny zróżnicowały badaną grupę (p<0,05). Osoby pochodzące z obszarów wiejskich uzyskały o 0,40 pkt. więcej w porównaniu do osób pochodzących z miast. Z kolei mężczyźni pozostający w związuj małżeńskim uzyskali o 0,59 pkt. więcej w porównaniu do osób samotnych w tym zakresie. Wystąpiła także tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę ich wykształcenie (p=0,06). Osoby

z wykształceniem średnim uzyskały o 0,63 pkt. więcej w porównaniu do osób, które edukację zakończyły na szkole podstawowej. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

W dalszej kolejności przeanalizowano potrzebę uzyskania pomocy od mediatora.

Tabela 87. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie korzystania z pomocy mediatora

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,33	-0,11, 0,77	0,14
wiek	0,00	-0,02, 0,02	0,9
miejsce zamieszkania	0,11	-0,24, 0,46	0,5
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,11	-0,51, 0,72	0,7
średnie	-0,11	-0,73, 0,52	0,7
zawodowe	0,47	-0,17, 1,1	0,15
wyższe	1,2	0,05, 2,4	0,04*
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,16	-0,73, 0,42	0,6
rozwiedziony	-0,85	-1,4, -0,31	0,02*
wdowiec	-0,38	-1,7, 0,90	0,6
partner	-0,36	-0,86, 0,15	0,2
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-1,3	-2,4, -0,14	0,03*
programowanego oddziaływania	-0,35	-0,74, 0,05	0,08~
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,20	-1,0, 1,4	0,7
zamknięty	0,23	-0,92, 1,4	0,7
grupa * pomiar eksperymentalna	0,54	0,12, 1,0	0,01*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Z danych zawartych w tabeli 87 wynika, że przeprowadzony program okazał się istotny statystycznie $p<0,05$ w zakresie skorzystania z pomocy mediatora. Różnica pomiędzy dokonanymi pomiarami wyniosła 0,54 pkt. Oznacza to, że uczestnicy warsztatów zdobyli nową wiedzę w zakresie pomocy oferowanej przez mediatorów i dostrzegali potrzebę skorzystania z niej. Dodatkowo w przypadku zmiennych ubocznych wykształcenie, stan cywilny i system odbywania kary wystąpiły istotne różnice na poziomie $p<0,05$. Osoby z wykształceniem wyższym uzyskały o 1,2 pkt. więcej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym. Z kolei mężczyźni po rozwodzie uzyskali o 0,85 pkt. mniej w porównaniu do osób samotnych w tym zakresie. Mężczyźni odbywający karę w systemie terapeutycznym uzyskali o 1,3 pkt. mniej w porównaniu do mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolność w systemie zwykłym w przypadku korzystania z pomocy mediatora.

Wystąpiła także tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc również pod uwagę system odbywania kary (p=0,08). Mężczyźni odbywający karę w systemie programowanego oddziaływania uzyskali o 0,35 pkt. mniej w porównaniu do mężczyzn odbywających karę w systemie zwykłym. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną osobą z pomocy której może skorzystać osoba pozbawiona wolności był lekarz.

Tabela 88. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie korzystania z pomocy lekarza

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,56	-0,28, 1,4	0,2
wiek	-0,02	-0,05, 0,02	0,3
miejsce zamieszkania	0,16	-0,52, 0,84	0,6
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,23	-0,95, 1,4	0,7
średnie	1,4	0,19, 2,6	0,02*
zawodowe	0,48	-0,76, 1,7	0,4
wyższe	2,0	-0,28, 4,2	0,08~
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,62	-0,49, 1,7	0,3
rozwiedziony	0,44	-0,60, 1,5	0,4
wdowiec	-0,42	-2,9, 2,0	0,7
partner	0,02	-0,95, 1,0	0,9
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-1,4	-3,5, 0,74	0,2
programowanego oddziaływania	-0,08	-0,84, 0,68	0,8
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,38	-1,9, 2,7	0,7
zamknięty	0,91	-1,3, 3,1	0,4
grupa * pomiar eksperymentalna	0,65	0,04, 1,3	0,04*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Z danych zawartych w powyższej tabeli wynika, że przeprowadzony program okazał się istotny statystycznie p<0,05 w zakresie korzystania z pomocy lekarza. Badani mężczyźni w drugim pomiarze uzyskali o 0,65 pkt. więcej w porównaniu do pomiaru przed udziałem w warsztatach. Oznacza to, że uczestnicy warsztatów wykazali większe zainteresowanie skorzystaniem z pomocy lekarza. Dodatkowo włączona do modelu zmienna uboczna wykształcenie zróżnicowała badaną grupę na poziomie p<0,05. Oznacza to, że mężczyźni z wykształceniem średnim uzyskali o 1,4 pkt. więcej w porównaniu do mężczyzn z wykształceniem podstawowym. Ponadto wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn

biorąc również pod uwagę ich stan cywilny (p=0,08). Osoby po studiach uzyskały o 2,0 pkt. więcej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym w tym zakresie. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Badani mężczyźni wskazali, że obok wymienionych osób pomocy i wsparcia potrzebują od rodziny, osób najbliższych oraz od terapeuty/psychoterapeuty.

Tabela 89. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie korzystania z pomocy innych osób

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,16	-0,43, 0,75	0,6
wiek	-0,01	-0,03, 0,02	0,5
miejsce zamieszkania	-0,24	-0,71, 0,23	0,3
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-1,4	-2,2, -0,56	0,01*
średnie	-1,1	-2,0, -0,29	0,09
zawodowe	-0,59	-1,4, 0,26	0,2
wyższe	-0,55	-2,1, 1,0	0,5
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,44	-1,2, 0,33	0,3
rozwiedziony	-0,48	-1,2, 0,24	0,2
wdowiec	0,65	-1,0, 2,4	0,4
partner	-0,20	-0,89, 0,49	0,6
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,27	-1,8, 1,2	0,7
programowanego oddziaływania	-0,01	-0,55, 0,52	0,9
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,36	-1,2, 1,9	0,7
zamknięty	0,26	-1,3, 1,8	0,7
grupa * pomiar eksperymentalna	0,11	-0,24, 0,47	0,5

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Z danych zawartych w tabeli 89 wynika, że przeprowadzenie zajęć i udział w programie nie przyczynił się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie korzystani z pomocy rodziny, osób najbliższych oraz terapeuty/psychoterapeuty. Niemniej jednak zastosowany model wykazał, że zmienna wykształcenie zróżnicowała w sposób istotny badane osoby (p<0,05). Oznacza to, że mężczyźni z wykształceniem gimnazjalnym uzyskali o 1,4 pkt. mniej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym w tym zakresie. Pozostałe zmienne uboczne włączone do modelu okazały się nieistotne.

Uzyskane wyniki skazanych mężczyzn, którzy byli w okresie przygotowania do zwolnienia z zakładu karnego wskazują, że mieli oni potrzebę skorzystania z pomocy głównie

mediatora i lekarza, co może wskazywać na większy poziom zaufania do tych osób. Można także przypuszczać, że podczas udziału w zajęciach skazani zdobyli nową wiedzę z zakresu mediacji, która może być dla nich szansa na rozwiązanie trudnej sytuacji.

4.7. Umiejętności komunikacyjne badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej

Pytanie szczegółowe: Jakie zmiany zaszły w poziomie umiejętności komunikacyjnych między pomiarem dokonanym rozpoczęciem programu readaptacji społecznej i po jego zakończeniu?

W ostatniej części dokonano analizy psychospołecznego funkcjonowania skazanych mężczyzn w zakresie różnych umiejętności komunikacyjnych. Na początku sprawdzono czy wystąpiły różnice istotne statystycznie w grupie eksperymentalnej i kontrolnej w pierwszym pomiarze (pretest).

Tabela 90. Porównanie wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie umiejętności komunikacyjnych w pierwszym pomiarze (pretest)

Umiejętność komunikacyjna	Grupa	Pomiar	M	Sd	Test U Manna-Whitney'a	p
Odczytywanie komunikatów niewerbalnych	E	1	2,188	0,938	1051,0	0,4
	K	1	2,000	0,652		
Aktywne słuchanie	E	1	1,833	0,781	1270,5	0,3
	K	1	1,771	0,951		
Wyrażanie swoich potrzeb	E	1	2,000	0,989	1187,0	0,7
	K	1	2,042	1,166		
Szczere wyrażanie swoich emocji	E	1	2,125	0,959	1176,0	0,8
	K	1	2,188	1,197		
Unikanie odpowiedzi na pytania	E	1	3,438	0,987	1519,0	0,05*
	K	1	2,792	1,202		
Okazywanie zdenerwowania, gdy ktoś nie słucha	E	1	2,958	1,320	1193,0	0,7
	K	1	2,896	1,356		
Nie używanie gróźb podczas rozmowy	E	1	2,250	1,495	1076,5	0,6
	K	1	2,312	1,371		
Brak krytyki wobec rozmówcy	E	1	2,458	1,010	1076,5	0,6
	K	1	2,688	1,371		

Zarzucanie rozmówcy dużą liczbą pytań	E	1	2,833	1,342	1317,0	0,2
	K	1	2,500	1,072		
Pouczanie rozmówcy	E	1	3,000	1,272	1348,5	01
	K	1	2,646	1,211		
Obrona drugiej osoby podczas rozmowy	E	1	1,792	0,651	1038,5	0,1
	K	1	2,125	1,178		
Pochwała rozmówcy	E	1	1,771	0,660	923,5	0,07~
	K	1	2,333	1,310		
Powstrzymywanie się od moralizowania	E	1	2,208	0,967	883,0	0,03*
	K	1	2,646	1,082		
Brak lekceważącego stosunku do rozmówcy	E	1	2,354	1,296	1085,0	0,6
	K	1	2,562	1,472		

Źródło: opracowanie własne.
K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, * - wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Z danych zawartych w powyższej tabeli wynika, że analiza statystyczna z zastosowaniem testu U Manna-Whitneya wykazała, że istnieją różnice istotne statystycznie w zakresie umiejętności komunikacyjnych badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej w pierwszym pomiarze. Badane grupy różnią się w zakresie umiejętności dotyczących unikania odpowiedzi na pytania ($p<0,05$) oraz powstrzymywania się od moralizowania (0,03). W przypadku umiejętności związanej z unikaniem odpowiedzi na pytania wyższe średnie wyniki uzyskali badani z grupy eksperymentalnej. Z kolei badani z grupy kontrolnej wyżej ocenili swoje umiejętności w zakresie powstrzymywania się od moralizowania. Dodatkowo wystąpiła tendencja statystyczna ($p=0,07$) do wyższej oceny w zakresie umiejętności związanej z wyrażaniem pochwał wobec rozmówcy przez skazanych mężczyzn z grupy kontrolnej. Pozostałe umiejętności nie różnicowały badanych mężczyzn.

W dalszej części sprawdzono czy wystąpiły istotne różnice pomiędzy grupą eksperymentalną i kontrolną w zakresie umiejętności komunikacyjnych pomiędzy pomiarem początkowym a końcowym.

Tabela 91. Porównanie wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie umiejętności komunikacyjnych pomiędzy pierwszym a drugim pomiarem

Umiejętność komunikacyjna	Grupa	Pomiar	M	Sd	Test Wilcoxona	p
Odczytywanie komunikatów niewerbalnych	E	1	2,188	0,938	275,5	0,1
		2	2,167	0,930		
	K	1	2,000	0,652	4,0	0,7

		2	1,854	0,772		
Aktywne słuchanie	E	1	1,833	0,781	81,0	0,8
		2	1,771	0,555		
	K	1	1,771	0,951	0,0	0,1
		2	1,875	1,003		
Wyrażanie swoich potrzeb	E	1	2,000	0,989	172,0	0, 9
		2	1,979	1,000		
	K	1	2,042	1,166	2,0	0,3
		2	2,146	1,220		
Szczere wyrażanie swoich emocji	E	1	2,125	0,959	234,5	0,5
		2	2,229	1,207		
	K	1	2,188	1,197	0,0	0,3
		2	2,271	1,198		
Unikanie odpowiedzi na pytania	E	1	3,438	0,987	511,5	0,001*
		2	2,812	1,104		
	K	1	2,792	1,202	-3,5	0,7
		2	2,833	1,243		
Okazywanie zdenerwowania, gdy ktoś nie słucha	E	1	2,958	1,320	375,0	0,03*
		2	2,375	1,299		
	K	1	2,896	1,356	0,0	0,3
		2	2,958	1,304		
Nie używanie gróźb podczas rozmowy	E	1	2,250	1,495	407,5	0,1
		2	1,854	0,772		
	K	1	2,312	1,371	0,0	0,08
		2	2,417	1,318		
Brak krytyki wobec rozmówcy	E	1	2,458	1,010	237,0	0,2
		2	2,271	0,939		
	K	1	2,688	1,371	0,0	1
		2	2,708	1,352		
Zarzucanie rozmówcy dużą liczbą pytań	E	1	2,833	1,342	113,5	0,2
		2	3,021	1,280		
	K	1	2,500	1,072	8,5	0,8
		2	2,500	1,070		
Pouczanie rozmówcy	E	1	3,000	1,272	1,2	0,2
		2	2,750	1,176		
	K	1	2,646	1,211	1,0	1
		2	2,688	1,223		
Obrona drugiej osoby podczas rozmowy	E	1	1,792	0,651	120,0	0,2
		2	1,688	0,776		
	K	1	2,125	1,178	0,0	0,17
		2	2,229	1,171		
Pochwała rozmówcy	E	1	1,771	0,660	72,0	0,8

		2	1,812	0,734		
	K	1	2,333	1,310	4,5	0,5
		2	2,292	1,254		
Powstrzymywanie się od moralizowania	E	1	2,208	0,967	248,0	0,5
		2	2,042	0,922		
	K	1	2,646	1,082	1,0	1
		2	2,583	1,088		
Brak lekceważącego stosunku do rozmówcy	E	1	2,354	1,296	289,0	0,001*
		2	1,854	1,010		
	K	1	2,562	1,472	2,0	0,7
		2	2,583	1,485		

Źródło: opracowanie własne.

K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 1 – pretest, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie

Z danych zawartych w powyższej tabeli wynika, że przeprowadzona analiza z wykorzystaniem Testu Wilcoxona wykazała różnice istotne statystycznie w zakresie umiejętności komunikacyjnych badanych mężczyzn z grupy eksperymentalnej i kontrolnej pomiędzy pomiarem początkowym i końcowym. Istotne różnice dotyczyły unikania odpowiedzi na zadane pytanie (p<0,001), okazywania zdenerwowania, gdy ktoś nie słucha (p<0,03) oraz braku postawy lekceważącej w stosunku do rozmówcy (p<0,001). Wyższe średnie wyniki uzyskali mężczyźni uczestniczący w warsztatach w pierwszym pomiarze. Pozostałe umiejętności nie różnicowały badanych mężczyzn.

Sprawdzono również czy skazani mężczyźni z grupy kontrolnej i eksperymentalnej różnią się w sposób istotny statystycznie w zakresie umiejętności komunikacyjnych po udziale w warsztatach.

Tabela 92. Porównanie wartości uzyskanych przez badanych mężczyzn z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w zakresie umiejętności komunikacyjnych w drugim pomiarze (posttest)

Umiejętność komunikacyjna	Grupa	Pomiar	M	Sd	Test U Manna-Whitney'a	p
Odczytywanie komunikatów niewerbalnych	E	2	2,167	0,930	928,5	0,07~
	K	2	1,854	0,772		
Aktywne słuchanie	E	2	1,771	0,555	1188,5	0,7
	K	2	1,875	1,003		
Wyrażanie swoich potrzeb	E	2	1,979	1,000	-1096,0	0,6
	K	2	2,146	1,220		
Szczere wyrażanie swoich emocji	E	2	2,229	1,207	1126,5	0,8
	K	2	2,271	1,198		
Unikanie odpowiedzi na	E	2	2,812	1,104	1139,5	0,9

pytania	K	2	2,833	1,243		
Okazywanie zdenerwowania, gdy ktoś nie słucha	E	2	2,375	1,299	867,5	0,03*
	K	2	2,958	1,304		
Nie używanie gróźb podczas rozmowy	E	2	1,854	0,772	905,0	0,05*
	K	2	2,417	1,318		
Brak krytyki wobec rozmówcy	E	2	2,271	0,939	960,0	0,14
	K	2	2,708	1,352		
Zarzucanie rozmówcy dużą liczbą pytań	E	2	3,021	1,280	1416,5	0,04*
	K	2	2,500	1,070		
Pouczanie rozmówcy	E	2	2,750	1,176	1198,5	0,7
	K	2	2,688	1,223		
Obrona drugiej osoby podczas rozmowy	E	2	1,688	0,776	856,5	0,01*
	K	2	2,229	1,171		
Pochwała rozmówcy	E	2	1,812	0,734	946,5	0,1
	K	2	2,292	1,254		
Powstrzymywanie się od moralizowania	E	2	2,042	0,922	832,5	0,01*
	K	2	2,583	1,088		
Brak lekceważącego stosunku do rozmówcy	E	2	1,854	1,010	840,5	0,01*
	K	2	2,583	1,485		

Źródło: opracowanie własne.

K- grupa kontrolna, E – grupa eksperymentalna, 2- posttest, * - wynik istotny statystycznie, ~- tendencja statystyczna

Z powyższych danych wynika, że zastosowany test U Manna- Whitney'a wskazał wystąpienie różnic istotnych statystycznie pomiędzy skazanymi mężczyznami z grupy kontrolnej i eksperymentalnej w drugim pomiarze. Badani mężczyźni różnili się istotnie w zakresie umiejętności komunikacyjnych dotyczących okazywania zdenerwowania, gdy ktoś nie słucha ($p<0,03$), powstrzymywania się od gróźb podczas rozmowy ($p<0,05$), zarzucania rozmówcy dużą liczbą pytań ($p<0,04$), obroną drugiej osoby podczas rozmowy ($p<0,01$), powstrzymywaniem się od moralizowania ($p<0,01$) oraz brakiem lekceważącej postawy wobec rozmówcy ($p<0,01$). Wyższe średnie wyniki uzyskali mężczyźni z grypy kontrolnej. Dodatkowo wystąpiła tendencja statystyczna ($p=0,07$) w zakresie wyższej oceny umiejętności związanej z odczytywaniem komunikatów niewerbalnych przez skazanych z grupy eksperymentalnej. W przypadku pozostałych umiejętności komunikacyjnych nie stwierdzono istotnych statystycznie różnic.

W dalszej kolejności zaprezentowano szczegółowe modele w zakresie umiejętności komunikacyjnych z uwzględnieniem zmiennych ubocznych. Pierwsza umiejętność dotyczyła odczytywania komunikatów niewerbalnych.

Tabela 93. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie odczytywania komunikatów niewerbalnych jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,07	-0,30, 0,44	0,7
wiek	0,00	-0,02, 0,01	0,7
miejsce zamieszkania	0,26	-0,10, 0,61	0,2
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,21	-0,42, 0,83	0,5
średnie	0,19	-0,44, 0,83	0,5
zawodowe	0,27	-0,37, 0,91	0,4
wyższe	0,51	-0,64, 1,7	0,4
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,57	-1,2, 0,01	0,06~
rozwiedziony	0,26	-0,28, 0,81	0,3
wdowiec	0,12	-1,1, 1,3	0,8
partner	-0,20	-0,71, 0,32	0,5
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	0,27	-0,88, 1,4	0,6
programowanego oddziaływania	-0,12	-0,53, 0,29	0,6
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,65	-0,56, 1,8	0,3
zamknięty	0,71	-0,46, 1,9	0,2
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,12	-0,38, 0,13	0,3

Źródło: opracowanie własne.
~- tendencja statystyczna.

Zastosowane szczegółowe analizy wskazały, że przeprowadzenie zajęć i udział skazanych w programie nie przyczynił się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie odczytywania komunikatów niewerbalnych jako umiejętności komunikacyjnej. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę ich stan cywilny (p=0,06). Osoby pozostające w związku małżeńskim uzyskały o 0,57 pkt. mniej w porównaniu do osób samotnych. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną analizowaną umiejętnością komunikacyjną było aktywne słuchanie.

Tabela 94. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie aktywnego słuchania jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,41	0,06, 0,75	0,02*
wiek	0,01	0,00, 0,03	0,14
miejsce zamieszkania	-0,08	-0,41, 0,25	0,6
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,42	-0,16, 1,00	0,2
średnie	0,42	-0,17, 1,0	0,2
zawodowe	0,32	-0,28, 0,91	0,3
wyższe	0,41	-0,66, 1,5	0,5
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,29	-0,84, 0,26	0,3
rozwiedziony	0,15	-0,36, 0,66	0,6
wdowiec	1,8	0,63, 2,9	0,01*
partner	-0,13	-0,61, 0,35	0,6
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	0,28	-0,81, 1,4	0,6
programowanego oddziaływania	0,06	-0,33, 0,44	0,8
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,67	-0,45, 1,8	0,2
zamknięty	0,58	-0,52, 1,7	0,3
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,17	-0,44, 0,11	0,2

Źródło: opracowanie własne.
*- wynik istotny statystycznie.

Z danych zawartych w powyższej tabeli wynika, że przeprowadzenie autorskiego programu wśród mężczyzn znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego nie przyczyniło się do wystąpienia zmian istotnych statystycznie w zakresie aktywnego słuchania jako umiejętności komunikacyjnej. W przypadku zmiennej długość odbywania kary i stan cywilny wystąpiły różnice na poziomie $p<0,05$. Mężczyźni odbywający karę ponad 5 lat pozbawienia wolności uzyskali o 0,41 pkt. więcej w porównaniu do mężczyzn skazanych na kary do 5 lat pozbawienia wolności. Ponadto okazało się, że wdowcy uzyskali o 1,8 pkt. więcej w tym zakresie w porównaniu do osób samotnych. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

W dalszej kolejności przeanalizowano istotność zmiennych ubocznych w zakresie otwartego wyrażania swoich potrzeb jako umiejętności komunikacyjnej.

Tabela 95. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie otwartego wyrażania swoich potrzeb jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,06	-0,41, 0,53	0,8
wiek	0,00	-0,02, 0,02	0,9
miejsce zamieszkania	0,02	-0,43, 0,48	0,9
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,24	-0,56, 1,0	0,6
średnie	0,49	-0,33, 1,3	0,2
zawodowe	-0,04	-0,86, 0,78	0,9
wyższe	-0,33	-1,8, 1,1	0,7
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,26	-1,0, 0,50	0,5
rozwiedziony	-0,14	-0,84, 0,55	0,7
wdowiec	1,2	-0,36, 2,7	0,14
partner	-0,58	-1,2, 0,08	0,08~
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,22	-1,7, 1,2	0,8
programowanego oddziaływania	-0,40	-0,92, 0,12	0,13
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,16	-1,4, 1,7	0,8
zamknięty	0,56	-0,94, 2,1	0,5
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,13	-0,51, 0,26	0,5

Źródło: opracowanie własne.
~ - tendencja statystyczna.

Zastosowane szczegółowe analizy wskazały, że przeprowadzenie zajęć i udział skazanych w programie nie przyczynił się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie otwartego wyrażania swoich potrzeb jako umiejętności komunikacyjnej. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę ich stan cywilny (p=0,08). Osoby pozostające w związku nieformalnym uzyskały mniej o 0,58 pkt. mniej w porównaniu do osób samotnych. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną analizowaną umiejętnością komunikacyjną było szczere mówienie o swoich emocjach.

Tabela 96. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie szczerego mówienia o swoich emocjach jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,24	-0,25, 0,73	0,3
wiek	0,01	-0,01, 0,03	0,4
miejsce zamieszkania	0,00	-0,47, 0,47	0,9
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,66	-0,17, 1,5	0,12
średnie	1,1	0,30, 2,0	0,01*
zawodowe	0,39	-0,46, 1,2	0,4

wyższe	0,79	-0,74, 2,3	0,3
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,66	-0,17, 1,5	0,4
rozwiedziony	1,1	0,30, 2,0	0,5
wdowiec	0,39	-0,46, 1,2	0,4
partner	0,79	-0,74, 2,3	0,07~
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	0,00	-1,6, 1,5	0,9
programowanego oddziaływania	-0,14	-0,69, 0,41	0,6
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-0,34	-1,9, 1,3	0,7
zamknięty	-0,31	-1,9, 1,3	0,7
grupa * pomiar eksperymentalna	0,02	-0,36, 0,40	0,9

Źródło: opracowanie własne.

***-** wynik istotny statystycznie, **~ -** tendencja statystyczna.

Uzyskane wyniki wskazują, że przeprowadzone zajęcia nie przyczyniły się wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie szczerego mówienia o swoich emocjach jako umiejętności komunikacyjnej. Zmienna wykształcenie zróżnicowała badaną grupę ($p<0,05$). Osoby z wykształceniem średnim uzyskały o 1,1 pkt. więcej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym. Dodatkowo wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę ich stan cywilny ($p=0,07$). Osoby pozostające w związku nieformalnym uzyskały mniej o 0,79 pkt. więcej porównaniu do osób samotnych w tym zakresie. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną analizowaną umiejętnością komunikacyjną było unikanie odpowiedzi na pytania rozmówcy.

Tabela 97. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie unikania odpowiedzi na pytania rozmówcy jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,44	-0,05, 0,93	0,08~
wiek	0,00	-0,03, 0,02	0,8
miejsce zamieszkania	0,41	-0,07, 0,88	0,10
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,41	-0,42, 1,2	0,3
średnie	0,59	-0,26, 1,4	0,2
zawodowe	0,59	-0,27, 1,4	0,2
wyższe	1,5	-0,01, 3,1	0,05*
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,58	-0,21, 1,4	0,2
rozwiedziony	-0,26	-0,99, 0,46	0,5

wdowiec	0,18	-1,4, 1,8	0,8
partner	-0,09	-0,78, 0,59	0,8
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,18	-1,7, 1,4	0,8
programowanego oddziaływania	-0,11	-0,66, 0,45	0,7
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,36	-1,3, 2,0	0,7
zamknięty	0,31	-1,3, 1,9	0,7
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,67	-1,1, -0,27	0,001*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Z danych zawartych w 97 tabeli wynika, że nastąpiła różnica istotna statystycznie w grupie uczestniczącej w warsztatach (p<0,001) w zakresie unikania odpowiedzi na pytania rozmówcy, ale nastąpił spadek pomiędzy pomiarem początkowym a końcowym o 0,67 pkt. Można przypuszczać, że uczestnicy warsztatów nie zawsze potrafią odnaleźć się w sytuacji, która może być dla nich trudna lub nie rozumieją przekazu nadawcy i unikają odpowiedzi na zadane pytanie. Dodatkowo zmienna wykształcenie (p<0,05) zróżnicowała badaną grupę. Osoby z wykształceniem wyższym uzyskały o 1,5 pkt. więcej w porównaniu do osób, które edukację zakończyły na szkole podstawowej. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę długość kary (p=0,08). Mężczyźni odbywający karę ponad 5 lat pozbawienia wolności uzyskali o 0,44 pkt. więcej w porównaniu do mężczyzn skazanych na kary do 5 lat pozbawienia wolności. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną analizowaną umiejętnością komunikacyjną było okazywanie zdenerwowania z powodu braku zainteresowania rozmówcy.

Tabela 98. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie okazywania zdenerwowania przy braku zainteresowania ze strony rozmówcy jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	-0,07	-0,64, 0,50	0,8
wiek	0,01	-0,02, 0,04	0,5
miejsce zamieszkania	0,02	-0,53, 0,57	0,9
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,28	-1,3, 0,69	0,6
średnie	-0,21	-1,2, 0,78	0,7
zawodowe	0,07	-0,93, 1,1	0,9
wyższe	-0,54	-2,3, 1,3	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,01	-0,90, 0,93	0,9
rozwiedziony	0,19	-0,65, 1,0	0,7
wdowiec	1,9	-0,21, 3,9	0,07~

partner	0,33	-0,47, 1,1	0,4
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,41	-2,2, 1,4	0,7
programowanego oddziaływania	0,35	-0,29, 1,0	0,3
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-1,3	-3,1, 0,62	0,2
zamknięty	-1,1	-3,0, 0,71	0,2
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,65	-1,1, -0,15	0,01*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Z danych zawartych w tabeli 98 wynika, że przeprowadzenie autorskiego programu wśród mężczyzn znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego przyczyniło się do wystąpienia różnic istotnych statystycznie (p<0,01) w zakresie okazywania zdenerwowania przy braku zainteresowania ze strony rozmówcy, ale nastąpił spadek pomiędzy pomiarem początkowym a końcowym o 0,65 pkt. Może to oznaczać, że badani mężczyźni mają trudności z kontrolowaniem swoich emocji i swojego zachowania, gdy widzą, że osoba, z którą rozmawiają nie wykazuje zainteresowania. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę ich stan cywilny (p=0,07). Wdowcy uzyskali więcej o 1,9 pkt. w porównaniu do osób samotnych w tym zakresie. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

W dalszej kolejności analizie poddano umiejętność związaną z powstrzymywaniem się od wyrażania gróźb.

Tabela 99. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie powstrzymywania się od gróźb jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,07	-0,48, 0,62	0,8
wiek	0,01	-0,02, 0,04	0,4
miejsce zamieszkania	0,12	-0,41, 0,64	0,7
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,91	-0,02, 1,8	0,06~
średnie	0,61	-0,34, 1,6	0,2
zawodowe	0,46	-0,50, 1,4	0,4
wyższe	1,2	-0,50, 2,9	0,2
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,17	-1,0, 0,70	0,7
rozwiedziony	-0,33	-1,1, 0,48	0,4
wdowiec	-1,1	-2,9, 0,67	0,2
partner	0,00	-0,77, 0,76	0,9
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,53	-2,3, 1,2	0,5

programowanego oddziaływania	-0,01	-0,63, 0,60	0,9
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-1,1	-2,9, 0,70	0,2
zamknięty	-0,97	-2,7, 0,78	0,3
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,50	-0,99, -0,01	0,05*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Z danych zawartych w powyższej tabeli wynika, że przeprowadzenie autorskiego programu wśród mężczyzn znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego przyczyniło się do wystąpienia różnic istotnych statystycznie (p<0,05) w zakresie powstrzymywania się od używania gróźb jako umiejętności komunikacyjnej, ale nastąpił spadek pomiędzy pomiarem początkowym a końcowym o 0,50 pkt., co oznacza, że mężczyźni biorący udział w zajęciach po ich zakończeniu wskazali, że potrafią powstrzymać się przed wyrażaniem gróźb podczas rozmowy. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę ich wykształcenie (p=0,06). Osoby z wykształceniem gimnazjalnym uzyskały o 0,91 pkt. więcej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym w tym zakresie. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną analizowaną umiejętnością komunikacyjna było powstrzymanie się przed krytyką innych osób.

Tabela 100. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie braku krytyki jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,09	-0,45, 0,64	0,7
wiek	0,01	-0,01, 0,04	0,3
miejsce zamieszkania	0,26	-0,26, 0,78	0,3
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,35	-0,57, 1,3	0,5
średnie	0,24	-0,69, 1,2	0,6
zawodowe	-0,04	-0,99, 0,90	0,9
wyższe	-0,42	-2,1, 1,3	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,28	-1,1, 0,58	0,5
rozwiedziony	-0,12	-0,92, 0,68	0,8
wdowiec	-0,80	-2,6, 0,98	0,4
partner	-0,30	-1,1, 0,45	0,4
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	0,84	-0,87, 2,6	0,3
programowanego oddziaływania	0,12	-0,49, 0,72	0,7
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-

półotwarty	-1,9	-3,6, -0,04	0,05*
zamknięty	-1,9	-3,5, -0,06	0,05*
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,21	-0,54, 0,12	0,2

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Uzyskane wyniki wskazują, że przeprowadzone zajęcia nie przyczyniły się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie braku krytyki wobec innych jako umiejętności komunikacyjnej. Zmienna typ zakładu karnego zróżnicowała badaną grupę (p<0,05). Oznacza to, że mężczyźni, którzy odbywali karę pozbawienia wolności w zakładzie karnym typu półotwartego i zamkniętego uzyskali o 1,9 pkt. mniej w porównaniu do mężczyzn odbywających karę w zakładzie karnym typu otwartego. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejną umiejętnością związaną z komunikacją, która została przeanalizowana było zarzucanie rozmówcy dużą liczbę pytań.

Tabela 101. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie zarzucania rozmówcy dużą liczbą pytań jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,28	-0,23, 0,78	0,3
wiek	0,01	-0,01, 0,04	0,4
miejsce zamieszkania	-0,41	-0,89, 0,08	0,10
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,73	-1,6, 0,12	0,10
średnie	-0,14	-1,0, 0,73	0,8
zawodowe	-0,48	-1,4, 0,40	0,3
wyższe	-0,38	-2,0, 1,2	0,6
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,25	-0,55, 1,1	0,5
rozwiedziony	0,10	-0,64, 0,84	0,8
wdowiec	1,1	-0,50, 2,8	0,2
partner	0,14	-0,56, 0,84	0,7
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	0,07	-1,5, 1,6	0,9
programowanego oddziaływania	-0,30	-0,86, 0,26	0,3
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-1,2	-2,8, 0,46	0,2
zamknięty	-0,44	-2,0, 1,2	0,6
grupa * pomiar eksperymentalna	0,15	-0,28, 0,57	0,5

Źródło: opracowanie własne.

Dane zawarte w powyższej tabeli prezentujące zastosowany model kowariancji włączający zmienne uboczne nie wykazały różnic istotnych statystycznie. Oznacza to, że

przeprowadzony autorski program nie przyczynił do zmian w zakresie zarzucania rozmówcy dużą liczbą pytań jako umiejętności komunikacyjnej.

W dalszej kolejności analizie poddano istotność zmiennych ubocznych w zakresie pouczania rozmówcy jako umiejętności komunikacyjnej.

Tabela 102. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie pouczania rozmówcy jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,62	-0,07, 0,99	0,06~
wiek	-0,01	-0,04, 0,02	0,4
miejsce zamieszkania	-0,31	-0,81, 0,20	0,2
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,37	-1,3, 0,52	0,4
średnie	0,02	-0,89, 0,93	0,9
zawodowe	0,18	-0,74, 1,1	0,7
wyższe	0,29	-1,4, 1,9	0,7
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,32	-1,2, 0,52	0,5
rozwiedziony	0,28	-0,50, 1,1	0,5
wdowiec	0,51	-1,2, 2,3	0,6
partner	0,28	-0,45, 1,0	0,5
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-1,4	-3,0, 0,28	0,10
programowanego oddziaływania	-0,20	-0,79, 0,38	0,5
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,34	-1,4, 2,1	0,7
zamknięty	0,81	-0,88, 2,5	0,4
grupa * pomiar eksperymentalna *	-0,29	-0,71, 0,13	0,2

Źródło: opracowanie własne.
~ - tendencja statystyczna.

Zastosowane szczegółowe analizy wskazały, że przeprowadzenie zajęć i udział skazanych w programie nie przyczynił się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie pouczania rozmówcy jako umiejętności komunikacyjnej. Niemniej jednak wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę długość odbywania kary (p=0,06). Mężczyźni odbywający karę ponad 5 lat pozbawienia wolności uzyskali o 0,62 pkt. więcej w porównaniu do mężczyzn skazanych na kary do 5 lat pozbawienia wolności. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejna umiejętność związana była z obroną drugiej osoby podczas rozmowy.

Tabela 103. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie obrany drugiej osoby podczas rozmowy jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,21	-0,24, 0,66	0,4
wiek	-0,01	-0,03, 0,02	0,6
miejsce zamieszkania	-0,03	-0,46, 0,40	0,9
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,64	-0,12, 1,4	0,10
średnie	0,48	-0,29, 1,3	0,2
zawodowe	0,57	-0,21, 1,4	0,2
wyższe	1,4	-0,16, 2,6	0,06~
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,21	-0,92, 0,51	0,6
rozwiedziony	-0,23	-0,89, 0,44	0,5
wdowiec	0,68	-0,79, 2,2	0,4
partner	-0,18	-0,81, 0,44	0,6
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,61	-2,0, 0,81	0,4
programowanego oddziaływania	-0,15	-0,65, 0,35	0,5
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,30	-1,2, 1,8	0,7
zamknięty	0,34	-1,1, 1,8	0,6
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,21	-0,48, 0,06	0,13

Źródło: opracowanie własne.
~ - tendencja statystyczna

Uzyskane wyniki wskazują, że przeprowadzone zajęcia nie przyczyniły się do wystąpienia istotnych zmian w zakresie obrony drugiej osoby podczas rozmowy jako umiejętności komunikacyjnej. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę ich wykształcenie (p=0,06). Osoby z wykształceniem wyższym uzyskały o 1,4 pkt. więcej w tym zakresie w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

W dalszej kolejności przeanalizowano istotność zmiennych ubocznych w zakresie wyrażania pochwał rozmówcy jako umiejętności komunikacyjnej.

Tabela 104. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie wyrażania pochwał jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,66	0,04, 1,00	0,03*
wiek	-0,01	-0,03, 0,02	0,6
miejsce zamieszkania	0,09	-0,37, 0,55	0,7
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,84	0,06, 1,7	0,05*

średnie	0,77	-0,10, 1,6	0,07~
zawodowe	0,64	-0,20, 1,5	0,14
wyższe	1,2	-0,27, 2,7	0,11
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,16	-0,93, 0,61	0,7
rozwiedziony	0,18	-0,53, 0,89	0,6
wdowiec	0,36	-1,2, 1,9	0,7
partner	-0,14	-0,81, 0,53	0,7
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,55	-2,1, 1,0	0,5
programowanego oddziaływania	-0,21	-0,74, 0,33	0,4
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	0,00	-1,6, 1,6	0,9
zamknięty	-0,17	-1,7, 1,4	0,8
grupa * pomiar eksperymentalna	0,08	-0,16, 0,32	0,5

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie, ~ - tendencja statystyczna.

Uzyskane wyniki wskazują, że przeprowadzone zajęcia nie przyczyniły się do wystąpienia istotnych zmian w zakresie wyrażenia pochwały dla rozmówcy jako umiejętności komunikacyjnej. Zmienne długość odbywania kary i wykształcenie ($p<0,05$) zróżnicowały badaną grupę. Oznacza to, że mężczyźni odbywający karę ponad 5 lat pozbawienia wolności uzyskali o 0,66 pkt. więcej w porównaniu do mężczyzn skazanych na kary do 5 lat pozbawienia wolności. Dodatkowo osoby z wykształceniem gimnazjalnym uzyskały o 0,84 pkt. więcej w porównaniu do osób, które edukację zakończyły na szkole podstawowej w tym zakresie. Wystąpiła także tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę wykształcenie ($p=0,07$). Osoby z wykształceniem średnim uzyskały o 0,77 pkt. więcej w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Kolejna umiejętność związana była z powstrzymywaniem się od moralizowania innych.

Tabela 105. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie powstrzymania się od moralizowania innych jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	0,16	-0,29, 0,60	0,5
wiek	0,00	-0,02, 0,02	0,9
miejsce zamieszkania	0,26	-0,16, 0,68	0,2
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	-0,17	-0,91, 0,58	0,7
średnie	0,14	-0,62, 0,90	0,7

zawodowe	-0,19	-0,96, 0,57	0,6
wyższe	-0,02	-1,4, 1,4	0,9
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	0,05	-0,66, 0,75	0,9
rozwiedziony	-0,08	-0,73, 0,57	0,8
wdowiec	0,67	-0,78, 2,1	0,4
partner	0,31	-0,31, 0,92	0,3
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	-0,40	-1,8, 1,0	0,6
programowanego oddziaływania	-0,24	-0,73, 0,26	0,3
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-1,4	-2,8, 0,04	0,06~
zamknięty	-1,3	-2,7, 0,08	0,07~
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,10	-0,50, 0,29	0,6

Źródło: opracowanie własne.
~ - tendencja statystyczna.

Zastosowane szczegółowe analizy wskazały, że przeprowadzenie zajęć i udział skazanych w programie nie przyczynił się do wystąpienia istotnych statystycznie zmian w zakresie powstrzymywania się od moralizowania innych jako umiejętności komunikacyjnej. Wystąpiła tendencja do zróżnicowania mężczyzn biorąc pod uwagę typ zakładu karnego na poziomie p=0,06 i p=0,07. Mężczyźni odbywający karę w zakładzie karnym typu zamkniętego uzyskali o 1,3 pkt. mniej, a ci, którzy przebywali w zakładzie karnym typu półotwartego o 1,4 pkt porównaniu do mężczyzn odbywających karę w zakładzie karnym typu otwartego. Pozostałe zmienne okazały się nieistotne statystycznie.

Ostatnia umiejętność komunikacyjna odnosiła się do braku lekceważącej postawy wobec drugiej osoby.

Tabela 106. Model analizy kowariancji kontrolujący istotność zmiennych ubocznych w zakresie braku postawy lekceważącej wobec rozmówcy jako umiejętności komunikacyjnej

Zmienne uboczne	Beta	95% CI	p
Grupa			
skazani do 5 lat i ponad 5 lat	-0,25	-0,85, 0,34	0,4
wiek	0,01	-0,02, 0,04	0,6
miejsce zamieszkania	0,64	0,08, 1,2	0,04*
Wykształcenie			
podstawowe	-	-	-
gimnazjalne	0,69	-0,32, 1,7	0,2
średnie	0,38	-0,65, 1,4	0,5
zawodowe	0,88	-0,15, 1,9	0,10
wyższe	0,64	-1,2, 2,5	0,5
Stan cywilny			
samotny	-	-	-
żonaty	-0,55	-1,5, 0,40	0,3
rozwiedziony	-1,0	-1,9, -0,10	0,04*
wdowiec	0,24	-1,7, 2,2	0,8

partner	-0,38	-1,2, 0,45	0,4
System odbywania kary			
zwykły	-	-	-
terapeutyczny	0,25	-1,6, 2,1	0,8
programowanego oddziaływania	-0,02	-0,69, 0,65	0,9
Typ zakładu karnego			
otwarty	-	-	-
półotwarty	-2,4	-4,3, -0,44	0,02*
zamknięty	-2,4	-4,2, -0,44	0,01*
grupa * pomiar eksperymentalna	-0,52	-0,83, -0,21	0,001*

Źródło: opracowanie własne.

*- wynik istotny statystycznie.

Z danych zawartych w tabel 106 wynika, że nastąpiła różnica istotna statystycznie w grupie uczestniczącej w warsztatach (p<0,001) w zakresie braku postawy lekceważącej jako umiejętności komunikacyjnej. Różnica pomiędzy pomiarem początkowym i końcowym wyniósł 0,52 pkt, co oznacza, że badani mężczyźni biorący udział w zajęciach wykazywali się mniej lekceważącą postawą wobec drugiej osoby. Dodatkowo istotne statystycznie różnice wystąpiły w zakresie zmiennych ubocznych związanych z miejscem zamieszkania, stanem cywilnym i typem zakładu karnego (p<0,05). Oznacza to, że mężczyźni mieszkający w gminach wiejskich uzyskali o 0,64 pkt. więcej w porównaniu do mężczyzn pochodzących z miast. Z kolei mężczyźni będący po rozwodzie uzyskali o 1,0 pkt. mniej w tym zakresie w porównaniu do osób samotnych. Natomiast skazani, którzy odbywali karę w zakładzie karnym typu półotwartego i zamkniętego uzyskali o 2,4 pkt. w porównaniu do skazanych, którzy przebywali w zakładzie typu otwartego. Pozostałe zmienne uboczne okazały się nie istotne.

Wyniki uzyskane przez badanych mężczyzn wskazują, że podczas zajęć zdobyli oni nowe umiejętności związane z komunikacją interpersonalną, szczególnie w kwestiach związanych z brakiem postawy lekceważącej innych, nie używaniem gróźb czy nie okazywaniem zdenerwowania. Umiejętności te są ważnym elementem związanym z codziennym funkcjonowaniem w społeczeństwie, dlatego tak ważne jest ich rozwijanie i doskonalenie.

4.8. Informacje zwrotne od uczestników warsztatów autorskiego programu readaptacji społecznej

W tej części podrozdziału empirycznego zaprezentowane zostały wyniki dotyczące opinii skazanych mężczyzn znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego na temat udziału w zajęciach i osoby prowadzącej warsztaty na podstawie Autorskiego kwestionariusza informacji zwrotnych. Uzyskane informacje zwrotne dotyczyły zarówno samego udziału w warsztatach jak i osoby prowadzącej. Badani wypowiadali się na temat: możliwości rozwijania nowych umiejętności, zdobycia nowej wiedzy, zainteresowania omawianymi zagadnieniami, poziomu wiedzy merytorycznej osoby prowadzącej, sposobu przekazywania treści oraz nastawienia do uczestników zajęć. Poproszono skazanych mężczyzn o dokończenie kilku zdań dotyczących udziału w zajęciach oraz sposobu ich przygotowania i prezentowanych treści.

Na początku analizie poddano informacje zwrotne od uczestników zajęć w zakresie oceny udziału w warsztatach jak i osoby prowadzącej.

Tabela 107. Informacje zwrotne od uczestników warsztatów

Ocena udziału w zajęciach	Zdecydowanie się nie zgadzam		Raczej się nie zgadzam		Nie wiem		Raczej się zgadzam		Zdecydowanie się zgadzam	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Udział w zajęciach pozwolił mi zdobyć nowe umiejętności	2	4,2	-	-	10	21,0	18	38,0	18	38,0
Dzięki udziałowi w zajęciach nabyłem nową wiedzę	3	6,2	3	6,2	6	12,0	23	48,0	13	27,0
Omawiane tematy były dla mnie ciekawe	1	1,2	2	4,2	9	19,0	16	33,0	20	42,0
Prowadzący podczas zajęć wykazał się dużą wiedzą merytoryczną	1	2,1	-	-	2	4,2	13	27,0	32	67,0
Prowadzący przekazywał omawiane treści w sposób zrozumiały	2	4,2	-	-	2	4,2	9	19,0	35	73,0
Prowadzący miał do mnie pozytywne nastawienie	1	1,2	1	1,2	-	-	12	25,0	34	71,0

Źródło: opracowanie własne.

Z danych zawartych w tabeli 107 wynika, że zdecydowana większość skazanych mężczyzn biorących udział w warsztatach zdobyła nowe umiejętności (74%). Na zdecydowany brak w tym zakresie wskazało dwóch mężczyzn, a 21% z nich miało problem z deklaracją. Kolejna ocena prowadzonych zajęć odnosiła się do możliwości zdobycia nowej wiedzy i $^3/_4$ badanych zadeklarowało, że mieli taką możliwość. Na jej brak w mniejszym lub większym stopniu wskazało 6,2% skazanych mężczyzn, a 12% z nich nie potrafiło tego określić. Ostatnim ocenianym elementem odnoszącym się do udziału w zajęciach była ciekawość omawianych tematów i dla 75% uczestników omawiane tematy były ciekawe. Zdecydowany brak zainteresowania omawianymi tematami wskazało 1,2% uczestników, a 4,2% odpowiedziało, że omawiane tematy „raczej nie były ciekawe". Trudności z ustosunkowaniem się do tego aspektu miało 19% skazanych.

Następnie przeanalizowano opinie osób biorących udział w zajęciach na temat osoby prowadzącej. Zdecydowana większość uczestników (94%) wskazała, że prowadzący podczas zajęć wykazał się dużą wiedzą merytoryczną. Jeden uczestnik opowiedział się za zdecydowanym brakiem wiedzy merytorycznej w omawianym zakresie, a 4,2% badanych nie określiło swojego zdania. Sposób przekazywanych informacji niewątpliwie przekłada się na ich odbiór oraz zrozumienie i 92% uczestników zajęć wskazało, że prowadzący przekazywał omawiane treści w sposób zrozumiały. Na brak zrozumienia omawianych zagadnień wskazało 4,2% skazanych i tyle samo z nich miało problem z deklaracją. Ostatnim ocenianym aspektem było nastawienie osoby prowadzącej do uczestników zajęć i również w opinii zdecydowanej większości badanych (96%) prowadzący miał pozytywne nastawienie. Na mniej lub bardziej negatywne nastawienie prowadzącego wskazało 1,2% uczestników zajęć.

W dalszej części dokonano analizy odpowiedzi uzyskanych od skazanych mężczyzn dotyczących ich zdania na temat udziału w zajęciach oraz sposobu ich przygotowania i prezentowanych treści.

W pierwszej kolejności badani mężczyźni wypowiadali się na temat tego, czego zabrakło im podczas zajęć. W uzyskanych odpowiedziach największy odsetek skazanych wskazał, że niczego im nie brakowało (40%), a co trzeci badany podał, że zabrakło poczęstunku: *Poczęstunku, Kawy, ciasteczek, Kawy i ciasteczek, Sneakersów*. Blisko, co piąty uczestnik przyznał, że zabrakło mu motywacji. Widoczne to było w takich stwierdzeniach: *Motywacji, Chęci, Skupienia*. Po 6% badanych mężczyzn przyznało, że podczas zajęć zabrakło im: *Jakiegoś ciekawego filmu, Filmu* oraz *Odwagi do rozmowy*.

Drugie twierdzenie odnosiło się do ich propozycji zmian podczas zajęć. Ponad połowa uczestników wskazała, że nic by nie zmieniła (57%). Następnie skazani mężczyźni podkreślali,

że zmieniliby miejsce (17%). Pojawiły się takie odpowiedzi: *Miejsce, Lokalizację, Czas i miejsce zajęć*. W dalszej kolejności 24% z nich przyznało się do potrzeby zmiany swojego postępowania: *Swoje życie, Postępowanie, Swoje zachowanie, Dalsze swoje życie*.

Następnie mężczyźni biorący udział w warsztatach wypowiedzieli się na temat tego, co im się najbardziej podobało. Najwięcej osób wskazało na osobę prowadzącą zajęcia i omawiane tematy (67%). Widoczne było to w takich odpowiedziach jak: *Zajęcia, Charakter zajęć, Zajęcia (ogólnie), Wiadomości, Pani prowadząca, To, co prowadząca mówiła*. Blisko $^1/_4$ badanych wskazała na możliwość rozmowy: *Otwarta, luźna rozmowa, Polemika tematów, Rozmawianie podczas zajęć*. Dla 10% uczestników ważna była praca z innymi osobami oraz czas spędzony poza celą: *Urwane 2h z monotonii więziennej, Praca w zespole, Spędzony czas*.

Na końcu skazani mężczyźni mieli możliwość podania swoich uwag do udziału w programie. Zdecydowana większość z nich nie miała żadnych uwag (87%). Dla 9% uczestników liczba przeprowadzonych zając była za mała: *Szkoda, że to już ostatnie zajęcia, Za mało czasu zajęć*. Jedna osoba przyznała, że dla niej zajęcia były zbyt długie.

Wypowiedzi uzyskane przez mężczyzn biorących udział w programie w zdecydowanej większości były pozytywne. Podkreślili oni możliwość zdobycia nowej wiedzy, umiejętności, ciekawość omawianych tematów oraz sposób prowadzenia zajęć i nastawienie osoby prowadzącej. Wśród mankamentów pojawiły się głównie informacje o braku poczęstunku. Niewątpliwie uzyskane odpowiedzi są podstawą do dalszego doskonalenia umiejętności prowadzenia warsztatów z grupą.

Podsumowanie badań własnych i rekomendacje dla praktyki penitencjarnej

Osoby przebywające w zakładach karnych są członkami społeczeństwa. Jednak ze względu na swoje postępowanie zostały czasowo odizolowane. Pobyt w zakładzie karnym jest trudny zarówno dla osadzonego jak i dla jego najbliższych. Moment zakończenia odbywania kary pozbawienia wolności jest jednocześnie momentem powrotu do życia w społeczeństwie, w warunkach wolnościowych. Dlatego tak ważne jest przygotowanie osób skazanych do tego momentu i do życia zgodnego z powszechnie obowiązującymi normami społecznymi.

Okres przygotowania skazanych do zwolnienia z zakładu karnego nie powinien ograniczać się jedynie do zaspokojenia potrzeb fizycznych, ale także do podejmowania działań, które powinny być nakierowane na wzrost motywacji do działania i oraz właściwego rozpoznawania i zaspokajania swoich podstawowych potrzeb zarówno o charakterze fizycznym jak i emocjonalnym. W celu pomocy osobom skazanym w powrocie do życia w społeczeństwie bardzo ważne jest okazywanie im pomocy i wsparcia, zarówno o charakterze instrumentalnym jak i emocjonalnym.

Poznanie psychospołecznego funkcjonowania osób skazanych w zakresie poczucia odpowiedzialności, własnej skuteczności, sposobów radzenia sobie ze stresem, stylów rozwiązywania konfliktów, umiejętności życia codziennego, poszukiwania wsparcia oraz umiejętności komunikacyjnych jest istotnym elementem procesu ich resocjalizacji późniejszej readaptacji społecznej.

Przeprowadzone badania oraz realizacja autorskiego programu wśród osób pozbawionych wolności pozwoliły odpowiedzieć na postawione problemy badawcze. Badania przebiegały w dwóch etapach. W pierwszym przebadano 220 skazanych mężczyzn w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego w celu poznania ich psychospołecznego funkcjonowania w zakresie poczucia odpowiedzialności, poczucia własnej skuteczności, radzenia sobie ze stresem, rozwiązywania konfliktów, umiejętności życia codziennego (obsługa urządzeń elektronicznych np. paczkomat, parkometr, biletomat itp.), korzystania z różnych form wsparcia oraz umiejętności komunikacyjnych. Średnia wieku w tej grupie wyniosła 36 lat. Zdecydowaną większość stanowiły osoby samotne, posiadające potomstwo, pochodzące z miast, z wykształceniem zawodowym. Średnia długość pobytu w zakładzie karnym wyniosła 5 lat i 7 miesięcy. Większość mężczyzn

przebywała w zakładach karnych typu zamkniętego i półotwartego, odbywała karę w systemie terapeutycznym. Badani twierdzili, że po zakończeniu odbywania kary pozbawienia wolności zazwyczaj planują powrócić do dotychczasowego środowiska zamieszkania.

Następnie w celu weryfikacji założonych celów badawczych i hipotez zastosowano plan quasi-eksperymentalny z grupą eksperymentalną i kontrolną. Badanie właściwe polegało na realizacji autorskiego programu readaptacji społecznej w grupie eksperymentalnej przy jednoczesnym pomiarze początkowym i końcowym zarówno w grupie eksperymentalnej jak i kontrolnej. W badaniach właściwych w obu grupach uczestniczyło łącznie 48 skazanych mężczyzn znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego. W grupie biorącej udział w warsztatach średnia wieku wyniosła 36 lat. Największy odsetek badanych stanowiły osoby samotne, nie posiadające potomstwa, z miasta i z wykształceniem średnim. Średnia długość pobytu w warunkach izolacji penitencjarnej wyniosła 6 lat i 5 miesięcy. Mężczyźni biorący udział w warsztatach odbywali karę w zakładzie karnym typu zamkniętego i półotwartego. Przeważały osoby, odbywające karę w systemie terapeutycznym. Większość z badanych wskazała, że po opuszczeniu zakładu wróci do swojego środowiska zamieszkania.

Z kolei w przypadku skazanych mężczyzn z grupy kontrolnej średnia wieku wyniosła 33 lata. Zdecydowaną większość stanowiły osoby samotne, posiadające potomstwo, pochodzące z miast, z wykształceniem zawodowym. Średnia długość pobytu w zakładzie karnym wyniosła 5 lat. Badani mężczyźni przebywali w zakładach karnych typu zamkniętego i półotwartego oraz w większości odbywali kary w systemie terapeutycznym. Wskazali oni także, że po zakończeniu odbywania kary pozbawienia wolności wrócą do swoich mieszkań.

Wnioski dotyczące psychospołecznego funkcjonowania skazanych mężczyzn znajdujących się w okresie przygotowania do zwolnienia z zakładu karnego

Uzyskane wyniki badań przeprowadzonych wśród 220 skazanych mężczyzn pozwoliły na poznanie ich psychospołecznego funkcjonowania w okresie przygotowania do zwolnienia z zakładu karnego. **Pytanie szczegółowe:** *W jaki sposób w sferze psychospołecznej funkcjonują osoby skazane znajdujące się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego w zakresie: poczucia odpowiedzialności, poczucia własnej skuteczności, strategii radzenia sobie ze stresem oraz stylów rozwiązywania konfliktów?*

Uzyskane wyniki wskazują, że 75% skazanych mężczyzn charakteryzowało się niskim poczuciem odpowiedzialności, a 19% średnim. Wysoki poziom poczucia odpowiedzialności charakteryzował jedynie 2% skazanych. Oznacza to, że osoby skazane odbywające karę pozbawienia wolności, które jednocześnie znajdują się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego z jednej strony ponoszą konsekwencję swojego postępowania i swoich czynów niezgodnych z powszechnie obowiązującym prawem (pobyt w warunkach izolacji penitencjarnej), a z drugiej strony nierzadko nie poczuwają się do odpowiedzialności za przestępstwo, które popełnili. Można zatem przypuszczać, że ich proces resocjalizacji i readaptacji społecznej nie zakończy się pozytywnie. Niewątpliwie brak poczucia odpowiedzialności wiąże się z przejawianiem zachowań świadczących o nieprzystosowaniu społecznym. Z badań przeprowadzonych przez A. Lewicką-Zelent i A. Pytkę (2017, s. 50, 52-53, 58) wynika, że większość skazanych mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności nie jest gotowa do zadośćuczynienia osobie pokrzywdzonej, co prawdopodobnie wiąże się z brakiem lub niskim poczuciem odpowiedzialności za własne postępowanie. Odrzucenie i nierespektowanie powszechnie przyjętych norm postępowania oraz brak poczucia odpowiedzialności za niewłaściwe zachowanie, w przypadku osób niedostosowanych społecznie skutkuje sankcjami karnymi, w tym karą pozbawienia wolności (J. Antoniak, 2019, s. 89). W przypadku osób skazanych przejawy braku odpowiedzialności za własne postępowanie mogą być wynikiem lęku i strachu (A. Domagała-Kręcioch, 2008, s.37). E. Wysocka (2006, s. 10) również podkreśla, że brak poczucia odpowiedzialności szczególnie w aspekcie odnoszącym się do kontaktów interpersonalnych świadczy o nieprzystosowaniu społecznym.

Kolejną analizowaną zmienną było poczucie własnej skuteczności. W tym przypadku również u 75% badanych mężczyzn była ona na niskim poziomie, a u 12% na poziomie przeciętnym. Żaden ze skazanych mężczyzn biorących udział w badaniu nie charakteryzował się wysokim poziomem poczucia własnej skuteczności. Wyniki te wskazują, że mężczyźni znajdujący się w okresie przygotowania do zwolnienia z zakładu karnego nie wierzą we własne możliwości i w związku z tym nie wykazują silnego zaangażowania w realizację określonych celów oraz nie podejmują działań zmierzających do zmiany ich sytuacji. Osoby przebywające w izolacji penitencjarnej narażone są na wykluczenie społeczne (bezrobocie, bezdomność, ubóstwo). Częściej widoczne jest to w przypadku recydywistów penitencjarnych. Dodatkowo wskazuje się, że wyższe poczucie własnej skuteczności pomaga w procesie resocjalizacji i readaptacji społecznej poprzez większa wiarę w możliwość osiągnięcia sukcesu i lepszą kontrolą na swoim życiem i postępowaniem. Postrzeganie własnej gotowości do działania jest pewnym czynnikiem chroniącym przed popełnieniem kolejnego przestępstwa i powrotem do instytucji

penitencjarnej (K. Biel, 2018, s.70). B. Kwiatkowski (2020, s. 134) w swoich badaniach również wskazuje, że wysoki poziom poczucia własnej skuteczności koreluje z pozytywną readaptacją społeczną, większą samooceną, pozytywnym nastawieniem do norm i wartości społecznych, a także poprawą relacji rodzinnych.

Skazani mężczyźni znajdujący się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego i biorący udział w badaniu najwyższe wyniki dotyczące sposobów radzenia sobie ze stresem uzyskali w zakresie aktywnego radzenia sobie i planowania. W dalszej kolejności badani deklarowali, że w sytuacji stresowej potrafią ją zaakceptować, pozytywnie przewartościować oraz poszukiwać wsparcia o charakterze instrumentalnym i emocjonalnym. Najniższe wyniki skazani uzyskali w sposobach odwołujących się do poczucia humoru, zażywania substancji psychoaktywnych i zaprzestania działań. Oznacza to, że przebadana grupa skazanych mężczyzn potrafi w sposób konstruktywny radzić sobie w sytuacjach stresowych. Optymistyczne jest to, że stosunkowo rzadko zaprzestają działań zmniejszających stres lub sięgają po substancje psychoaktywne. Wyniki te mogą wskazywać, że osoby stosujące strategie odwołujące się do aktywności w zakresie radzenia sobie ze stresem odczuwały go w mniejszym stopniu lub stres traktowały jako czynnik motywujący i pobudzający ich do dalszego działania. Z kolei w przypadku osób stosujących strategie unikowe, prawdopodobnie odczuwany wyższy poziom stresu, co przekładało się na ich reakcje i powodowało unikanie tych sytuacji. Radzenie sobie ze stresem może być skoncentrowane na emocjach lub na problemie. Osoby skazane w sytuacji dla nich trudnej (szczególnie na początku pobytu w izolacji penitencjarnej) przystosowują się do niej w celu łatwiejszego przystosowania się do nowego środowiska (A. Fidelus, 2020b, s. 313). Badania J.F. Terelaka, M. Steckiewicza (2007, s. 34;) czy K. Konaszewskiego (2016, s. 165) wskazują, że osoby niedostosowane społecznie w sytuacji stresowej wybierają strategie związane z koncentracją na problemie jak również poszukiwaniem wsparcia. Jest to również silnej widoczne w przypadku jednostek charakteryzujących się większą kontrolą wewnętrzną.
Dodatkowo A. Chańko-Kraszewska podkreśla związek osobowości ze sposobami radzenia sobie ze stresem. Autorka wskazuje, że skazani z osobowością neurotyczną częściej będą reagować niewłaściwie do sytuacji i wybierać nieskuteczne sposoby radzenia sobie ze stresem (źródło: https://www.researchgate.net/profile/Anna-Chanko-Kraszewska/publication/348909567_Osobowosciowe_uwarunkowania_skazanych_a_proces_ich_adaptacji_do_warunkow_izolacji_wieziennej/links/6015a08645851517ef2a8774/Osobowosciowe-uwarunkowania-skazanych-a-proces-ich-adaptacji-do-warunkow-izolacji-wieziennej.pdf, dostęp z dnia: 28.01.2022).

Kolejne uzyskane rezultaty w zakresie stylów rozwiązywania konfliktów wskazują że część mężczyzn biorących udział w badaniu w sytuacji konfliktowej nie tylko skupiała się na potrzebach własnych, ale potrafiła także uwzględnić potrzeby i interesy strony przeciwnej. Badani mężczyźni najczęściej wybierali styl oparty na współpracy i kompromisie, a najrzadziej dostosowywali się. Z kolei osoby, które częściej wybierały styl oparty na rywalizacji charakteryzowały się brakiem chęci do współpracy, a własne interesy przekładały ponad relacje z innymi i rozwiązanie sytuacji konfliktowej. Pobyt w izolacji penitencjarnej może być przyczyną występowania zachowań agresywnych, co z kolei przekłada się na niepożądane sposoby rozwiązywania konfliktów (A, Kieszkowska, 2014 s.74; F. Winiarski, M. Kryłowicz, 2016, s.51). Badania przeprowadzone przez A. Lewicką-Zelent i E. Grudziewską (2013, s. 53) wskazują, że osoby nieprzystosowane społecznie w sytuacjach konfliktowych częściej odwołują się do ataku czy rywalizacji.

Pytanie szczegółowe: *W jaki sposób skazani oceniają swoje umiejętności dotyczące życia codziennego i korzystania z różnorodnych form wsparcia?*

Uzyskane dane wskazują, że skazani mężczyźni biorący udział w badaniu posiadają umiejętności pozwalające im na samodzielne wykonywanie wielu czynności codziennych, w tym poszukiwanie pracy i wykorzystanie urządzeń elektronicznych (np. paczkomat, biletomat, parkometr itp.). Wysokie wyniki w tych aspektach uzyskało ponad 65% skazanych mężczyzn. Można przypuszczać, że wynik ten jest związany z wiekiem osób badanych (średnia wieku w tej grupie wyniosła 36 lat). Badani są zatem osobami młodymi, które prawdopodobnie przed przybyciem do zakładu karnego były uczestnikami rynku pracy oraz korzystały ze wskazanych urządzeń elektronicznych. Dodatkowo badani mężczyźni potwierdzają swoją gotowość do konstruktywnego radzenia sobie w sytuacjach stresowych oraz rozwiązywania konfliktów i osiągania celów, co może być związane z ich doświadczeniami i koniecznością radzenia sobie w różnych sytuacjach trudnych. Niewątpliwie dla osób skazanych praca jest cenną wartością. Pełni ona szereg funkcji. W odniesieniu do resocjalizacji praca jest pewnego rodzaju formą terapii, uczy odpowiedzialności, dyscypliny, podnoszenia wiedzy i kwalifikacji zawodowych oraz szacunku do innych (D. Pstrąg, 2014, s.152). Badania przeprowadzone przez A. Lewicką-Zelent i A. Pytkę (2021, s. 323) wskazują, że praca w opinii osób skazanych pozwala im nie tylko na uzyskanie dochodu, ale także na zmianę otoczenia. B. Zienkiewicz (2018, s. 119) podkreśla również znaczenie współpracy nawiązywanej przez jednostki penitencjarne z przedstawicielami samorządów lokalnych w zakresie możliwości wykonywania pracy przez

osoby skazane, co w konsekwencji powinno przełożyć się na pozytywne zakończenie procesu resocjalizacji. Kolejnym problemem, z którym spotykają się osoby opuszczające jednostki penitencjarne jest wykluczenie cyfrowe. Jak wskazuje W. Czerski (2020, s. 65) i D. Bogdanov (2013, s. 362) problemem nie jest w tym przypadku tylko brak dostęp do urządzeń elektronicznych, telekomunikacyjnych, ale przede wszystkim brak wiedzy i umiejętności z zakresu ich obsługi i wykorzystania.

Możliwość uzyskania wsparcia jest niezwykle ważna dla osób wykluczonych społecznie lub zagrożonych wykluczeniem, a do takich zalicza się osoby karane oraz przebywające w zakładach karnych. Badani wskazywali, że największej pomocy będą potrzebować od lekarza i kuratora sądowego, a najmniejszej ze strony księdza i mediatora. Uzyskane rezultaty mogą z jednej strony wynikać z braku zaufania do osób, których zadania koncentrują się na pomocy osobom przebywającym w zakładach karnych (np. pracownicy socjalni, psychologowie, prawnicy) lub mających je opuścić (szczególnie związanych z wymiarem sprawiedliwości np. sąd, prokuratura czy policja), jak również z ich negatywnych wcześniejszych doświadczeniach lub nieznajomości zakresu świadczonej przez nich pomocy. Świadomość związana z możliwością uzyskania pomocy i wsparcia jest niezwykle ważna, szczególne w przypadku osób odbywających karę pozbawienia wolności. Jak wskazuje A. Barczykowska (2004, s. 318-319) osoby skazane najczęściej oczekują pomocy o charakterze finansowym i materialnym. W dalszej kolejności wskazują oni na potrzebę pomocy w znalezieniu pracy i mieszkania. Najrzadziej wymieniają pomoc prawnika oraz psychologa.

Pytanie szczegółowe: *Jak osoby skazane oceniają swoje umiejętności komunikacyjne?*

Umiejętności komunikacyjne są jednym z podstawowych elementów niezbędnych do codziennego funkcjonowania. Badani najlepiej radzą sobie z aktywnym słuchaniem oraz jak sami przyznali z powstrzymywaniem się od używania gróźb podczas rozmowy. Z kolei najsłabszą umiejętnością komunikacyjna okazało się pouczanie rozmówcy oraz unikanie odpowiedzi na pojawiające się pytania. Uzyskane wyniki świadczą o stosunkowo dobrej ocenie umiejętności komunikacyjnych w samoocenie osób skazanych. Opisane elementy procesu komunikacyjnego wskazują na ich zrozumienie przez osoby badane, co niewątpliwie przełoży się na ich życie po opuszczeniu zakładu karnego i ułatwi proces powrotu do społeczeństwa. Jak podkreśla w swoich badaniach A. Wojnarska (2013, s. 365, 378) i A. Skuza (2012, s. 229) umiejętności komunikacyjne są podstawą w prawidłowym budowaniu relacji interpersonalnych i społecznych. Pomagają zaspokajać potrzeby osobiste i wiążą się z przystosowaniem

społecznym, jako pewną formą akceptacji obowiązujących norm i zasad postępowania. Osoby pozbawione wolności bardzo często pochodzą z rodzin uznawanych za dysfunkcyjne, mają niski status społeczny i niskie wykształcenie. Ich wcześniejsze doświadczenia życiowe niewątpliwie przekładają się na ich umiejętności komunikacyjne, związane z odczytywaniem komunikatów niewerbalnych, wyrażaniem swoich potrzeb czy aktywnym słuchaniem. Brak pewnych umiejętności komunikacyjnych, szczególnie w przypadku osób odbywających karę pozbawienia wolności może pogłębiać ich izolację społeczna i utrudniać prawidłowe pełnienie ról społecznych (J. Pekról, 2020, s. 248).

Przeprowadzone badania i realizacja autorskiego programu readaptacji społecznej wśród osób skazanych pozwoliły odpowiedzieć na postawione problemy badawcze.

Pytanie szczegółowe: *Jakie zmiany zaszły w zakresie psychospołecznego funkcjonowania osób skazanych znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego w zakresie: poczucia odpowiedzialności, poczucia własnej skuteczności, strategii radzenia sobie ze stresem, stylów rozwiązywania konfliktów pomiędzy pomiarem dokonanym przed i po realizacji autorskiego programu readaptacji społecznej?*

Uzyskane wyniki odpowiadają na postawiony problem badawczy i częściowo potwierdzają **hipotezę sformułowaną do głównego problemu zakładającą, że** ***autorski program jest efektywny, co oznacza, że przyczyni się do sprawniejszego funkcjonowania osób skazanych w sferze psychospołecznej.*** Uzyskane dane wskazują, że w zakresie poczucia odpowiedzialności w grupie uczestniczącej w warsztatach nie zaszły zmiany istotne statystycznie. Oznacza to, że przeprowadzone zajęcia w tym zakresie nie przyczyniły się zarówno do wzrostu jak i spadku uzyskanych rezultatów. Można przypuszczać, że skazani mężczyźni, którzy znajdują się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego nie czują się odpowiedzialni za swoje postępowanie i w związku z tym nie dostrzegają potrzeby zmiany. Jak wskazuje J. Jacobson i H. Fair (2017, s. 2) odbywanie kary pozbawienia wolności należy rozumieć jako pewien środek za pomocą którego więźniowie mają zaakceptować, uznać swoje postępowanie i wziąć odpowiedzialność również za przyszłe czyny.

Również w zakresie poczucia własnej skuteczności nie odnotowano istotnych zmian wśród uczestników warsztatów. Można przypuszczać, że osoby skazane z uwagi na swój pobyt w zakładzie karnym nie są gotowe do podejmowania działań zmierzających do zmiany ich sytuacji lub boją się, że działania te okażą się nieskuteczne. Więźniowie są jedną z najbardziej

stygmatyzowanych grup społecznych. Wyzwania przed jakimi staja na co dzień, różnią się od tych, z jakimi spotykają się ludzie nie będący uczestnikami systemu penitencjarnego, dlatego jak wskazuje S. Allred, L. D. Harrison i D. J. O'onnell (2013, s. 215) więźniowie z uwagi na swoje położenie charakteryzują się niskim poczuciem własnej skuteczności. Również B.B. Roth, A. Asbjornsen i T. Manger (2016, s. 106) podkreślają, że niskie poczucie własnej skuteczności jest pewną konsekwencją negatywnych czynników fizycznych czy społecznych.

Umiejętność radzenia sobie w sytuacjach stresowych jest niezwykle ważna w codziennym życiu. Wyniki uzyskane przez badanych mężczyzn w tym zakresie wskazują, że udział w warsztatach przyczynił się do wystąpienia istotnych zmian. Okazało się, że po udziale w zajęciach uczestnicy niżej ocenili akceptację swojej trudnej sytuacji jako sposób radzenia sobie z nią niż przed udziałem w zajęciach, ale wyższe średnie wyniki uzyskali w zakresie stylu odwołującego się do poczucia humoru, zaprzeczania i zaprzestania działań. Można przypuszczać, że jest to związane ze wzrostem ich wiedzy i świadomości odnośnie trudności odnoszących się do umiejętności radzenia sobie w sytuacjach stresowych. Uzyskane wyniki wskazują także, że w sytuacjach, które są dla nich trudne i wywołują stres istotne znaczenie ma wiara. Może to oznaczać, iż bardzo ważne jest dla nich wsparcie duchowe oraz pewne normy i wartości, którymi kierują się w życiu. Odnosząc się do strategii radzenia sobie ze stresem badani mężczyźni po udziale w warsztatach zadeklarowali częstsze odwoływanie się do strategii mniej skutecznych, co może być wynikiem strachu czy niepewności związanej ze zmianą i brakiem gotowości do jej podjęcia. Z badań przeprowadzonych przez B. Skowrońskiego i E. Talik (2018, s. 525) wynika, że sposoby radzenia sobie ze stresem przez osoby skazane są powiązane z oceną ich jakości życia. Okazało się, że więźniowie, którzy charakteryzują się wysokim poczuciem jakości życia częściej wybierają sposoby oparte na planowaniu, aktywnym radzeniu sobie czy poszukiwaniu wsparcia. Pobyt w zakładzie karnym jest doświadczeniem stresującym i z badań R.J. Luke, M. Daffern i J.L. Skues (2020, https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0032885520978475, dostęp z dnia 22.04.2022r.) wynika, że niekonstruktywne sposoby radzenia sobie ze stresem np. unikanie wiąże się z pewnym poziomem cierpienia skazanych z powodu swojej sytuacji.

Kolejna analizowana zmienna dotycząca psychospołecznego funkcjonowania skazanych mężczyzn odnosiła się do stylów rozwiązywania konfliktów. Wyniki uzyskane przez uczestników warsztatów wskazują, że po udziale w zajęciach są oni bardziej skłonni do pójścia na kompromis i jednocześnie bardziej gotowi do konkurowania. Oznacza to, że są oni w pewnym stopni gotowi do ustępstw i częściowej rezygnacji z własnych potrzeb, ale jednocześnie nadal chcą „walczyć" o swoje stanowisko i swoje potrzeby. Na podobne rezultaty

swoich badań wskazał F. Crowe (2008, s. 131) podkreślając, że organizacja zajęć i warsztatów pomaga osobom skazanym lepiej rozwiązywać sytuacje konfliktowe.

Pytanie szczegółowe: *Jakie zmiany zaszły w poziomie umiejętności dotyczących życia codziennego oraz korzystania z różnorodnych form wsparcia po zrealizowaniu autorskiego programu readaptacji społecznej?*

Również częściowo potwierdziła się **hipoteza sformułowana do pytania drugiego zakładająca,** ***że uczestnicy programu po jego zakończeniu będą mieli większe umiejętności dotyczące życia codziennego (np. szukanie pracy), a także korzystania z różnorodnych form wsparcia.*** Istotne statystycznie różnice pojawiły się także w zakresie oceny umiejętności życia codziennego przez skazanych mężczyzn biorących udział w warsztatach. Okazało się, że udział w nich przyczynił się do wzrostu umiejętności uczestników w zakresie przygotowywania CV/ listu motywacyjnego. Jest to niezwykle istotne, ponieważ osoby biorące udział w zajęciach znajdują się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego i po zakończeniu odbywania kary nie tylko wrócą do życia w społeczeństwie, ale staną się także uczestnikami rynku pracy (F. Guilbadu, 2010, https://www.cairn.info/revue-francaise-de-sociologie-1-2010-5-page-41.htm, dostęp z dnia 22.04.2022r.).

Istotne zmiany zaszły także w ocenie uczestników zajęć odnośnie możliwości uzyskania pomocy i wsparcia po opuszczeniu jednostki penitencjarnej. Skazani mężczyźni jednoznacznie wskazali, że są zainteresowani uzyskaniem pomocy mediatora i lekarza. Można przypuszczać, że podczas zajęć zdobyli nową wiedzę odnośnie mediacji i korzyści z nią związanych oraz poznali swoje prawa odnoszące się do korzystania z pomocy lekarskiej. Coraz częściej podkreśla się znaczenie mediacji w powrocie do życia w społeczeństwie po opuszczeniu zakładu karnego. Wskazuje się także, że udział w mediacji zmniejsza prawdopodobieństwo powrotu do zakładu karnego, odbudowuje relacje z najbliższymi oraz pomaga samym skazanym z konstruktywnym planowaniu (źródło: https://re-entrymediation.org/, dostęp z dnia 22.04.2022r.).

Pytanie szczegółowe: *Jakie zmiany zaszły w poziomie umiejętności komunikacyjnych między pomiarem dokonanym przed rozpoczęciem programu readaptacji społecznej i po jego zakończeniu?*

Sformułowana hipoteza do pytania trzeciego ***zakładała się, że uczestnicy warsztatów po zakończonym udziale w autorskim programie będą wykazywać się bardziej rozwiniętymi umiejętnościami komunikacyjnymi***. Wyniki uzyskane przez mężczyzn biorących udział w warsztatach częściowo je potwierdziły. Zebrane dane wskazują, że zajęcia z zakresu komunikacji pozwoliły im zdobyć nową wiedzę i umiejętności w tym zakresie. Okazało się, że po udziale w zajęciach skazani mężczyźni istotnie rzadziej unikają odpowiedzi na pytania, nie okazują zdenerwowania, gdy druga osoba ich nie słucha oraz nie wykazują się postawą lekceważącą wobec swojego rozmówcy. Można przypuszczać, że podczas zajęć nauczyli się oni rozpoznawać i kontrolować swoje emocje oraz okazywać szacunek i cierpliwość drugiej osobie. Istnieje wiele barier utrudniających prawidłowy proces komunikacji wśród osób pozbawionych wolności. Rozwijanie umiejętności komunikacyjnych takich jak np. słuchanie, ale też poprawne formułowanie swoich myśli jest niezwykle ważne w procesie readaptacji społecznej (D. Cardinal, 2019, https://www.corrections1.com/jail-management/articles/how-to-improve-correctional-communications-with-tap-Ab6jYkIRAqqgLWmi/, dostęp z dnia 22.04.2022r.).

Pytanie szczegółowe: *W jakim stopniu zmienne uboczne: długość pobytu w zakładzie karnym, poziom wykształcenia, stan cywilny, system odbywania kary i typ zakładu karnego różnicują osoby skazane pod względem uzyskanych zmian w zakresie ich: poczucia odpowiedzialności, poczucia własnej skuteczności, strategii wykorzystywanych w sytuacjach stresowych, stylów rozwiazywania konfliktów, poziomu umiejętności dotyczących życia codziennego i korzystania z różnorodnych form wsparcia oraz umiejętności komunikacyjnych?*

Częściowo potwierdzono **hipotezę sformułowaną do pytania czwartego, która** ***zakładała się, że im dłuższy pobyt w zakładzie karnym, niższe wykształcenie, brak wsparcia ze strony osób najbliższych (współmałżonka, partnerki), odbywanie kary w zakładzie karnym typu zamkniętego oraz w systemie zwykłym, tym trudniej będzie uzyskać pozytywną zmianę w zakresie psychospołecznego funkcjonowania osób skazanych. Oznacza to, że u tych osób zmiany w zakresie psychospołecznego funkcjonowania będą mniejsze po zakończeniu autorskiego programu.*** Uzyskane rezultaty wskazują, że zmienne uboczne takie jak

wykształcenie i stan cywilny różnicują w sposób istotny statystycznie badanych mężczyzn w zakresie zmian pod względem poczucia odpowiedzialności po udziale w warsztatach. Osoby z wykształceniem zawodowym charakteryzowały się niski poziom poczucia odpowiedzialności w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym, a w przypadku zmiennej odnoszącej się do stanu cywilnego, mężczyźni po rozwodzie charakteryzowali się stosunkowo wysokim poziomem poczucia odpowiedzialności w porównaniu do osób samotnych. Wyniki te prawdopodobnie związane są z osobistymi doświadczeniami i przeżyciami badanych mężczyzn.

W zakresie zmian pod względem poczucia własnej skuteczności również zmienne uboczne takie jak stan cywilny i wykształcenie zróżnicowały w sposób istotny statystycznie mężczyzn uczestniczących w warsztatach. Najwyższym poziomem poczucia własnej skuteczności charakteryzowały się osoby w wykształceniem zawodowym oraz pozostające w związkach partnerskich w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym, które pozostają samotne. Można przypuszczać, że związane jest to z pełnionymi rolami społecznymi jak również doświadczeniem zawodowym i życiowym.

W zakresie zmian, jakie zaszły u uczestników warsztatów odnoszących się do radzenia sobie ze stresem w przypadku strategii odwołującej się do pozytywnego przewartościowania w aspekcie zmiennej ubocznej - stan cywilny, wystąpiły istotne różnice. Osoby będące w związku małżeńskim istotnie rzadziej odwołują się do pozytywnego przewartościowania jako sposobu radzenia sobie ze stresem w porównaniu do osób samotnych. Może to oznaczać, że te osoby w sytuacjach trudnych nie potrafią szukać i skupiać się na potencjalnych korzyściach, jakie może przynieść im sytuacja stresogenna. Stan cywilny skazanych mężczyzn również zróżnicował grupę w zakresie reagowania poczuciem humoru. Żonaci mężczyźni w sytuacji stresowej wskazywali na większe zachowanie powagi w porównaniu do osób nie będących w zawiązkach, co może świadczyć o ich dojrzałości i właściwym zachowaniu się w sytuacji trudnej. Z kolei zmienna uboczna wykształcenie, różnicowała badane osoby w zakresie zwrotu ku religii. Dla osób z wykształceniem zawodowym religia okazała się istotnym czynnikiem chroniącym w sytuacji wywołującej stres w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym, gdzie nie zaobserwowano zmian w tym zakresie. Prawdopodobnie są to osoby, które w życiu kierują się określonymi wartościami i w sytuacjach trudnych i stresowych odwołują się do swojej wiary. Ta sama zmienna uboczna istotnie różnicuje skazanych mężczyzn w zakresie poszukiwania wsparcia emocjonalnego jako sposobu radzenia sobie ze stresem. Skazani z wykształceniem zawodowym wskazali, że nie potrzebują tego rodzaju wsparcia w sytuacji trudnej, ale z kolei

osoby z wykształceniem gimnazjalnym wskazywały na potrzebę uzyskania wsparcia o charakterze instrumentalnym. Można przypuszczać, że dla tych mężczyzn bardziej istotne znaczenie mają konkretne, rzeczowe formy pomocy w sytuacji stresowej niż wsparcie emocjonalne. Ponadto zmienna uboczna wykształcenie zróżnicował badanych w zakresie zajmowania się czymś innym jako sposobu radzenia sobie ze stresem. Osoby z wykształceniem średnim częściej przejawiały zachowania o charakterze ucieczkowym w porównaniu do osób, które edukację zakończyły na szkole podstawowej. Zmienna miejsce zamieszkania, zróżnicowała badanych w zakresie zajmowania się czymś innym, jako sposób radzenia sobie ze stresem. Okazało się, że osoby pochodzące z terenów wiejskich częściej w porównaniu do osób mieszkających w miastach w sytuacjach stresowych zajmowały się czymś innym, co może wskazywać z jednej strony na brak gotowości do zmierzenia się z trudną sytuacją, a z drugiej na dystansowanie się. Kolejne istotne zmiany wśród badanej grupy mężczyzn widoczne były w przypadku wyładowania jako sposobu radzenia sobie ze stresem. Zróżnicowanie widoczne było w przypadku zmiennej ubocznej stan cywilny. Wdowcy i osoby pozostające w związkach nieformalnych rzadziej niż osoby samotne okazywały swoje emocje w trudnych dla nich sytuacjach, co może być wynikiem ich doświadczeń życiowych w zakresie relacji z najbliższymi. Ostatnim przeanalizowanych sposobem radzenia sobie ze stresem było obwinianie siebie. W tym aspekcie istotne zmiany w wynikały z długości pobytu w zakładzie karnym oraz systemu odbywania kary. Osoby skazane na kary ponad 5 lat pozbawienia wolności istotnie częściej obwiniały siebie w sytuacji stresowe, w porównaniu do osób, których wyrok nie przekraczał 5 lat. Z kolei u mężczyzn odbywających karę w systemie terapeutycznym odnotowano mniejsze zmiany w porównaniu do osób odbywających karę w systemie zwykłym.

Psychospołecznego funkcjonowania osób skazanych obejmuje także sposoby rozwiązywania konfliktów. Z uzyskanych danych wynika, że zmienna typ zakładu karnego istotnie różnicuje badanych mężczyzn pod względem zmian po udziale w warsztatach w zakresie dostosowania się. Osoby odbywające karę w zakładzie typu półotwartego i zamkniętego istotnie częściej wybierają styl oparty na dostosowaniu się w sytuacji konfliktowej w porównaniu do skazanych odbywających karę w zakładzie karnym typu otwartego. Można przypuszczać, że ma to związek z hierarchią panująca w placówkach penitencjarnych oraz pewną potrzebą dostosowania się do życia w warunkach izolacji więziennej. Z kolei zmienna uboczna wykształcenie zróżnicowała badanych w zakresie unikania, jako stylu rozwiązywania konfliktów. W tym przypadku zmiany zaszły u osób

z wykształceniem gimnazjalnym. Częściej stosowały one styl unikowy w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym.

Włączone do analiz zmienne uboczne zróżnicowały osoby skazane w zakresie umiejętności dotyczących życia codziennego jak również korzystania z różnych from wsparcia. Z uzyskanych danych wynika, że zmienna długość odbywania kary oraz system odbywania kary przyczyniły się do istotnych zmian badanych mężczyzn po udziale w warsztatach w zakresie umiejętności związanych z szukaniem pracy. Osoby przebywające w zakładzie karnym ponad 5 lat nie wskazywały na obawy w tym zakresie w porównaniu do osób odbywających krótkoterminowe kary, co może wynikać z braku wiedzy w zakresie współczesnych form poszukiwania pracy (głównie przez Internet). Również skazani odbywający karę w systemie programowanego oddziaływania gorzej ocenili swoje umiejętności w tym zakresie w porównaniu do osób odbywających karę w systemie zwykłym, co może wskazywać, że byli świadomi lub posiadali wiedzę (poprzez udział w różnych zajęciach, warsztatach), pozwalającą im ocenić trudności związane ze znalezieniem pracy po opuszczeniu zakładu karnego. W zakresie zmian samooceny obsługi urządzeń elektronicznych (np. paczkomat, parkometr, biletomat) zmienne takie jak długość odbywania kary oraz miejsce zamieszkania zróżnicowały badane osoby po udziale w zajęciach. Mężczyźni, którzy w zakładzie karnym przebywali dłużej niż 5 lat stosunkowo dobrze ocenili swoje umiejętności w tym zakresie w porównaniu do mężczyzn skazanych na kary do 5 lat pozbawienia wolności. Z kolei osoby pochodzące z gmin wiejskich wyraziły większe obawy w tym zakresie w porównaniu do mieszkańców miast. Związane jest to najprawdopodobniej z utrudnionym dostępem do tych urządzeń. Umiejętność obsługi komputera i wyszukiwanie informacji w Internecie w obecnych czasach są jednymi z ważniejszych umiejętności. Okazało się, że zmienna uboczna - system odbywania, kary istotnie zróżnicowała badanych mężczyzn, którzy uczestniczyli w zajęciach. Osoby przebywające w systemie terapeutycznym i programowanego oddziaływania przyznały, że obsługa komputera i szukanie informacji w Internecie nie są ich mocną stroną w porównaniu do osób odbywających karę w systemie zwykłym. Z kolei z dokonaniem rezerwacji internetowej (np. biletu do kina, na pociąg, autobus) lepiej poradziliby sobie skazani na kary ponad 5 lat pozbawienia wolności. Ta grupa osób także lepiej oceniła swoje umiejętności w zakresie radzenia sobie ze stresem, co może być spowodowane akceptacją sytuacji, w której się znajdują, w porównaniu do skazanych na kary do 5 lat pozbawienia wolności. Zebrane dane wskazują także, że osoby przebywające w zakładzie karnym typu zamkniętego, po udziale w zajęciach w swojej ocenie są bardziej skuteczne w zakresie osiągania celów. Następnie istotne zmiany wystąpił w przypadku

zmiennych ubocznych odnoszących się do miejsca zamieszkania i typu zakładu karnego w zakresie rozwiązywania sytuacji konfliktowych. Lepsze rezultaty w tym zakresie uzyskały osoby mieszkające w miastach i odbywające karę w zakładzie karnym typu zamkniętego, co prawdopodobnie związane jest z pewną koniecznością podporządkowania się zasadom panującym w tego typu zakładach.

Psychospołeczne funkcjonowanie skazanych mężczyzn znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego jest ściśle związane z potrzebą uzyskania pomocy i wsparcia. Z uzyskanych danych wynika, że zmienna uboczna stan cywilny zróżnicowała badanych mężczyzn. Osoby będące po rozwodzie wskazywały na mniejszą potrzebę skorzystania z pomocy prawnika i pracownika socjalnego w porównaniu do osób samotnych, gdzie nie zaobserwowano zmian. Najprawdopodobniej ma to związek z ich negatywnymi doświadczeniami związanymi z rozwodem, podziałem majątku czy ustaleniem opieki nad dziećmi. Z kolei zmienna miejsce zamieszkania i stan cywilny zróżnicowały badane osoby w zakresie zmian odnoszących się do uzyskania pomocy i wsparcia od osoby duchownej. Osoby mieszkające na wsi oraz pozostające w związku małżeńskim istotnie częściej wskazywały na taką potrzebę w porównaniu do osób samotnych pochodzących z miast. Wynika to prawdopodobnie z preferowanych przez nich wartości oraz roli księdza w małych gminach/ miejscowościach. Kolejne istotne zmiany związane były ze zmiennymi: wykształcenie, stan cywilny i system odbywania kary w zakresie skorzystania z pomocy mediatora. Rolę i znaczenie pomocy mediatora, po udziale w warsztatach doceniły osoby z wykształceniem wyższym oraz będące po rozwodzie w porównaniu do osób samotnych z wykształceniem podstawowym. Prawdopodobnie mają one zarówno wiedzę jak i doświadczenie dotyczące korzyści wynikających z udziału w mediacji. Z kolei skazani odbywający karę w systemie terapeutycznym nie wskazywali na taką potrzebę w porównaniu do osób odbywających karę w systemie zwykłym. Kolejną osobą udzielającą pomocy i wsparcia skazanym jest lekarz. W tym przypadku istotne zmiany wystąpiły w zakresie zmiennej ubocznej wykształcenie. Osoby po szkole średniej istotni częściej wskazywały na potrzebę uzyskanie tego rodzaju pomocy w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym, co może wynikać z większej znajomości przysługujących im praw w zakresie opieki medycznej.

Ostatnim analizowanym elementem odnoszącym się do psychospołecznego funkcjonowania skazanych mężczyzn były umiejętności komunikacyjne. Z uzyskanych danych wynika, że zmienne uboczne długość odbywania kary oraz stan cywilny przyczyniły się do wystąpienie istotnych statystycznie zmian u badanych mężczyzn po udziale

w warsztatach w zakresie aktywnego słuchania. Lepsze rezultaty w tym aspekcie uzyskały osoby odbywające kary ponad 5 lat pozbawienia wolności oraz rozwodnicy w porównaniu do osób skazanych na kary do 5 lat pozbawienia wolności oraz żyjących samotnie. Można przypuszczać, że ma to związek z ich doświadczeniami życiowym. Umiejętność szczerego wyrażania swoich emocji ma istotne znaczenia dla budowania relacji interpersonalnych. Lepsze rezultaty w tym zakresie po udziale w warsztatach osiągnęły osoby z wykształceniem średnim w porównaniu do osób z wykształceniem podstawowym, ale z kolei osoby będące po studiach wyższych częściej przyznawały się do unikania odpowiedzi na pytania rozmówcy. Kolejny element związany z umiejętnościami komunikacyjnymi odnosił się do braku krytyki innych podczas rozmowy. W tym przypadku istotne zmiany zaobserwowane po udziale w zajęciach związane były ze zmienną uboczną typ zakładu karnego. Do trudności z powstrzymaniem się od krytyki istotnie częściej przyznawali się mężczyźni odbywający karę w zakładzie karnym typu zamkniętego i półotwartego w porównaniu do osób odbywających karę w zakładzie karnym typu otwartego. Umiejętności komunikacyjne to także wyrażanie pochwał. W tym zakresie zmienne uboczne odnoszące się do długości odbywanej kary oraz wykształcenia w sposób istotny przyczyniły się do wystąpienia zmian badanych mężczyzn. Osoby skazane na kary ponad 5 lat pozbawienia wolności w porównaniu do skazanych na kary krótkoterminowe oraz posiadające wykształcenie gimnazjalne lepiej oceniły swoje umiejętności w tym zakresie. Ostatnią przeanalizowaną umiejętnością komunikacyjną był brak postawy lekceważącej wobec rozmówcy. W tym przypadku zmiany po udziale w warsztatach widoczne były w przypadku zmiennych ubocznych takich jak; miejsce zamieszkania, stan cywilny oraz typ zakładu karnego. Osoby pochodzące z obszarów wiejskich, w porównaniu do mieszkańców miast, istotnie rzadziej przyjmowały taką postawę. Z kolei w przypadku osób po rozwodzie w porównaniu do osób, które nie mają doświadczeń małżeńskich była ona częściej dostrzegana, co prawdopodobnie wynika z ich trudnych doświadczeń związanych z rozstaniem i rozwodem. Większe trudności z powstrzymaniem się przed taką postawą miały także osoby odbywające karę w zakładzie karnym typu zamkniętego i półotwartego niż otwartego, co może być związane z ich stosunkiem nie tylko wobec innych osób, ale także ogólnie przyjętych norm i zasad zachowania się. Najczęściej różnicującą zmienną uboczną pod kątem zmian jakie wystąpiły u uczestników warsztatów znajdujących się w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego okazało się wykształcenie i stan cywilny. Nieco rzadziej istotne zmiany związane były z długością odbywania kary oraz typem zakładu karnego.

Pytanie szczegółowe: *Jak uczestnicy programu readaptacji społecznej oceniają osobę prowadzącą warsztaty oraz swój udział w zajęciach?*

Analiza uzyskanych wypowiedzi osób uczestniczących w warsztatach świadczy o pozytywnej ocenie zarówno osoby prowadzącej zajęcia jak i realizowanych warsztatów, w tym poruszanych tematów. Skazani mężczyźni twierdzili, że udział w zajęciach pozwolił im zdobyć nową wiedzę i umiejętności. Podkreślili oni także wagę omawianych tematów, szczególnie ich praktyczny aspekt odnoszący się do poszukiwania pracy czy korzystania z urządzeń elektronicznych. Dla uczestników warsztatów ważna była także postawa i pozytywne nastawienie osoby prowadzącej. Osoby uczestniczące w warsztatach wskazały także na pewne minusy, niedociągnięcia związane z ich realizacją. Główny zarzut dotyczył braku poczęstunku. Jeden z uczestników wskazał na zbyt długi czas trwania jednego spotkania.

Uzyskane wyniki niewątpliwie wskazują na konieczność kontynuowania badań oraz realizację cyklicznych zajęć, które będą przygotowywać osoby skazane do opuszczenia zakładu karnego. Takie zajęcia są szczególnie istotne dla osób odbywających długoterminowe kary pozbawienia wolności. Rozwój nowych technologii oraz postęp cywilizacyjny w znaczący sposób utrudnia byłym skazanym powrót do życia w społeczeństwie.

Dla autorki programu uzyskane odpowiedzi są podstawą do dalszego doskonalenia oraz rozwijania nowych umiejętności niezbędnych do pracy z grupą, szczególnie z osobami zagrożonymi wykluczeniem społecznym poprzez pobyt w zakładzie karnym.

Rekomendacje dla praktyki penitencjarnej:

Na podstawie uzyskanych rezultatów sformułowano rekomendacje dla praktyki penitencjarnej w zakresie przygotowania osób skazanych do opuszczenia zakładu karnego. Podkreśla się konieczność realizacji cyklicznych zajęć, które będą ukierunkowane na zdobywanie nowej wiedzy, doskonalenie umiejętności niezbędnych do życia w społeczeństwie oraz w relacjach interpersonalnych. Wskazuje się także, aby realizowane zajęcia, warsztaty tematycznie były dopasowane nie tylko do potrzeb, możliwości i zainteresowań samych uczestników, ale także do wyzwań, jakie stawia przed nimi społeczeństwo, zmieniający się świat i widoczny postęp technologiczny. W tym zakresie należy aktualizować omawiane zagadnienia, aby były one jak najbardziej dopasowane do zmian np. w zakresie obsługi i wykorzystania nowych urządzeń elektronicznych m.in. poprzez organizację wyjść i realizację zajęć z wykorzystaniem takich urządzeń. Realizowane programy po ich zakończeniu powinny być

poddawane ewaluacji i modyfikacji niezbędnej do uzyskania jak najlepszych wyników wśród uczestników warsztatów. Wskazuje się przy tym na potrzebę kontynuacji oraz wydłużenia czasu trwania tych zajęć, z zakresu których uczestnicy nie uzyskali istotnych zmian. Podkreśla się także znaczenie wzmacniania kontaktów z rodziną, która pełni istotna rolę w procesie resocjalizacji i readaptacji społecznej. Obok rodziny równie ważna jest współpraca ze środowiskiem lokalnym na rzecz pomocy byłym więźniom, przełamywania barier, stereotypów, strachu, lęku przed osobami, które odbywały karę pozbawienia wolności. W tym celu warto rozważyć organizację np. kampanii społecznych pokazujących, że były skazany to też osoba, która pełni określone role społeczne (małżonka, partnera, ojca, pracownika, sąsiada). W celu właściwego przygotowania osób skazanych do wyjścia z zakładu karnego należy wzmocnić aktywność specjalistów w zakresie przygotowania skazanych do opuszczenia placówki penitencjarnej. Istotne znaczenie mają tutaj nie tylko wychowawcy i psychologowie, ale także pracownicy socjalni i kuratorzy sądowi, którzy pracują także ze środowiskiem lokalnym, jak również mediatorzy. Proponuje się wprowadzenie mediacji rodzinnych po przyjęciu danej osoby do zakładu karnego lub przed opuszczeniem placówki penitencjarnej, w celu poprawy relacji z najbliższymi i pomocy w powrocie do życia w społeczeństwie wolnościowym.

Bibliografia

13th United Nations Congress on Crime Prevention and Criminal Justice, the Doha Declaration, *Rehabilitation and social reintegration of prisoners,* https://www.unodc.org/dohadeclaration/topics/prisoner-rehabilitation.html (dostęp z dnia 06.08.2021r.).

Ahmed, A.M., Ahmad, H.B. (2015). Prison, Stigma, Discrimination and Personality as Predictors of Criminal Recidivism: Preliminary Findings, *Journal of Social and Development Sciences*, 6,2, s. 20-29.

Allred, S., Harrison, L. D., O'onnell D. J. (2013). Self-Efficacy An Important Aspect of Prison-Based Learning, *The Prison Journal*, 93(2), s. 211–233. DOI: 10.1177/0032885512472964.

Ambrozik, W. (2007). Readaptacja społeczna i reorganizacja środowisk lokalnych jako warunek skuteczności oddziaływań resocjalizacyjnych. W: Urban B., Stanik J. M. (red.). *Resocjalizacja*, t. 2 (s. 182–196). Warszawa.

Atkinson, D., Georgiou, C., Wadey, V., Lau, K. (2015). Social Rehabilitation Through the Prison Gate, STEPS 2 Resettlement: Support for Transfer of European Prison Sentences towards Resettlement (JUST/2011/JPEN/AG/4605), De Montfort University, Leicester, UK, https://www.europris.org/wp-content/uploads/2021/01/Annex-4.12.-Workstream-3-Social-Rehabilitation-Through-the-Prison-Gate.pdf (dostęp z dnia 06.08.2021r.)

Azevedo, M., i in. (2004). Social rehabilitation of prisoners, https://assembly.coe.int/nw/xml/XRef/X2H-Xref-ViewHTML.asp?FileID=10416&lang=EN (dostęp z dnia 06.08.2021r.).

Bałandynowicz, A. (2009). Destygmatyzacja i wychodzenie z opresji skazanych w warunkach kurateli sądowej a ich readaptacja społeczna W: F. Kozaczuk (red.) *Zagadnienia readaptacji społecznej skazanych* (s.21-44). Rzeszów.

Bartkowicz, Z. (2016). Skuteczność resocjalizacji – w kręgu drażliwych pytań, *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, T. XXXV, z. 2, s. 45-54.

Bedyńska, S., Cypriańska M. (red.). (2013). Drogowskaz statystyczny. Praktyczne wprowadzenie do wnioskowania statystycznego. Warszawa.

Biel, K. (2018). Determinanty readaptacji społecznej w narracjach byłych skazanych z Centrum Integracji „Pro Domo” w Krakowie, *Raporty zbadań*, vol. 21,1, s. 159-174. DOI: 10.12775/SPI.2018.1.007

Boińska, M.J. (2016). Przestępstwo a kara kryminalna. W: M. Ciosek, B. Pastwa-Wojciechowska (red.), *Psychologia penitencjarna* (s.32-36). Warszawa.

Brzeziński, J. (2004). *Metodologia badań psychologicznych*,. Warszawa.

Burman, M. L . (2012). *Resocializing and Repairing Homies within the Texas Prison System: A Case Study on Security Threat Group Management, Administrative Segregation, Prison Gang Renunciation and Safety for All*, The University of Texas at Austin.

Cardinal, D. (2019). How to improve correctional communications with T.A.P., https://www.corrections1.com/jail-management/articles/how-to-improve-correctional-communications-with-tap-Ab6jYkIRAqqgLWmi/, dostęp z dnia 22.04.2022r.

Ciepły, F. (2009). Sprawiedliwość naprawcza wobec przestępstwa W: A. Gretkowski, D. Karbarz (red.) *Mediacja w teorii i praktyce*, (s.189-200). Stalowa Wola.

Ciosek, M. (2000). *Psychologia sądowa i penitencjarna*. Warszawa.

Ciosek, M. (2008). Kara kryminalna i kara pozbawienia wolności. W: B. Urban, J.M. Sitnik (red.), *Resocjalizacja* (s. 318-326). Warszawa.

Ciosek, M. (2008). Zakład karny jako organizacja totalna. W: B. Urban, J.M. Stanik (red.) *Resocjalizacja*, Tom I (s. 326-345). Warszawa.

Crew, B., Hulley S., Wright S. (2016). Swimming with the Tide: Adapting to Long-Term Imprisonment, *Justice Quarterly*, V34, Issue 3, s. 5174-541.

Crowe F. (2008). Quantifying Conflict Resolution Styles Among Prison Inmates, *Journal of Offender Rehabilitation*,s. 131-146. DOI: org/10.1300/J076v25n03_09.

Czapów, Cz., Jedlewski, S. (1971). *Pedagogika resocjalizacyjna*. Warszawa.

Danish Prison and Probation Service – in brief. Strandgade 100 DK-1401 Copenhagen.

Dąbrowska, A. (2017). Readaptacja społeczna osób wykolejonych przestępczo w kontekście stosowania alternatywnych form wsparcia na przykładzie programu „Teatr, Mama i Ja”. W: A. Barczykowska, M. Muskała (red.), *Horyzonty pedagogiki resocjalizacyjnej* (s. 515-526). Poznań.

Deka R. (2017). Readaptacja społeczna skazanych jako jeden z warunków bezpieczeństwa społeczności lokalnych. W: P. Frąckowiak, M. Szykut (red.),

Wielowymiarowość profilaktyki, resocjalizacji i readaptacji społecznej. Tradycja, współczesność i perspektywy inicjatyw probacyjnych (s. 135-148). Toruń.

Deka, R. (2017). Readaptacja społeczna skazanych jako jeden w warunków bezpieczeństwa społeczności lokalnych. W: P. Frąckowiak, M. Szykut (red.), *Wielowymiarowość profilaktyki, resocjalizacji i readaptacji społecznej – tradycja, współczesność i perspektywy inicjatyw probacyjnych* (s. 135-189). Toruń.

Dudkiewicz, W. (1996). *Przewodnik metodyczny dla studentów pedagogiki*. Kielce.

Dzięcioł, B. (2004). Rola pracownika socjalnego w zakładzie karnym typu zamkniętego. W: W. Ambrozik, P. Stępniak (red.), *Służba więzienna wobec problemów resocjalizacji penitencjarnej* (s. 369-376.). Poznań – Warszawa – Kalisz.

Fidelus, A. (2018). Rola samoświadomości w modelu relacyjnej readaptacji społecznej skazanych. *Przegląd Więziennictwa Polskiego*, 100, s.131-145.

Fidelus, A. (2009). Integracja społeczna podstawą procesu readaptacji byłych więźniów. *Probacja*, 2, s. 37-48.

Fidelus, A. (2011). Postawy społeczne jako element kapitału społecznego a proces readaptacji społecznej skazanych. *Forum pedagogiczne*, 1, s. 87-124.

Fidelus, A. (2020). Uwarunkowania readaptacji społecznej skazanych – podstawy teoretyczne i aspekty praktyczne. *The Prison System Review*, 107, s. 87-112.

Filipkowski, J., Gerymski R. (2020). Jacy ludzie mogą liczyć na wsparcie? Ciemna triada i konwersacyjna niebezpośredniość jako predyktory wsparcia społecznego. *Annales*, sectio J, VOL. XXXIII, 2, s. 253-269. doi: 10.17951/j.2020.33.2.253-269

Fitowska, K., Nyk-Bednarczyk B. (2005). Rola pomocy postpenitencjarnej w polityce społecznej, czyli dlaczego powinniśmy intensyfikować działania w tym zakresie? Kompetencje poszczególnych instytucji pomocowych. W: *Pomoc osobom opuszczającym zakłady karne ich rodzinom. Wybrane zagadnienia*, Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Krakowie (s. 5-9). Kraków 2005.

Gedney, K., (2019). Psychological Effects of Prison: What Happens to Your Brain When You're Behind Bars, https://www.linkedin.com/pulse/10-psychological-effects-prison-what-happens-your-gedney-md-dr-g- (dostęp z dnia 24.07.2021),

Godawa, G. (2015). Aksjologiczne podstawy wsparcia społecznego. W: G. Godawa (red.), *Pedagogiczne konteksty społecznego wsparcia rodziny*. (s. 40-76). Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie Wydawnictwo Naukowe: Kraków.

Gogacz, K. (2006). Współczesne ujęcie celów i funkcji kary pozbawienia wolności. *Opieka, Wychowanie, Terapia*, 1-2, s. 20-29.

Gruźlewska, J. (2017). Powstanie i rozwój instytucji więziennej. W: M. Ciosek, B. Pastwa-Wojciechowska (red.) *Psychologia penitencjarna* (s. 83-110). Warszawa.

Guardis, E. (2013). The prison problem, *Harvard Magazine* https://www.harvardmagazine.com/2013/03/the-prison-problem (dostęp z dnia 06.08.2021r.)

Guild, F. (2010). Working in Prison: Time as Experienced by Inmate-Workers, https://www.cairn.info/revue-francaise-de-sociologie-1-2010-5-page-41.htm (dostęp z dnia 22.04.2022r.).

Gutierrez, F. (2021). https://www.mockingbirdsociety.org/mockingbird-times-may-2016/156-the-stigma-of-prison (dostęp z dnia 06.08.2021r.)

Hamsir, H., Zainduddin, Z., Abdain, A. (2019). Implementation of Rehabilitation System of Prisoner for the Prisoner Resocialization in the Correctional Institution Class II A Palopo. *Journal Dynamika Hukum*, *Faculty of law*, 19, no 1, s. 112-132. DOI: http://dx.doi.org/10.20884/1.jdh.2019.19.1.2056

Haney C. (2001). The *Psychological Impact of Incarceration: Implications for Post-Prison Adjustment*, University of California, Santa Cruz.https://www.raggeduniversity.co.uk/2018/07/04/why-rehabilitation-is-important-for-society-by-faith-spear/ (dostęp z dnia 06.08.2021r.)

Iceland Lichtenstein Norway Grants, Correctional Services https://eeagrants.org/topics-programmes/justice-and-home-affairs/correctional-services (dostęp z dnia 06.08.2021r.

Iwanowska, A. (2013). *Przygotowanie skazanych do życia na wolności w trybie art.164 k.k.w*. Warszawa.

Jacobson, J., Fair, H. (2017). *Sense of self and responsibility: a review of learning from the Winston Churchill Memorial Trust Prison Reform Fellowships* – Part V. London.

Jamroży, K. (2018). Praca socjalna z osadzonymi w więzieniach – realne założenie czy mglisty postulat? *Journal of Humanities and Social Sciences*, 1(6), s. 58-74. DOI: 10.15584/johass.2018.1.4.

Jasiński, K. (2018). Kuratela penitencjarna jako element strategii przeciwdziałania przestępczości wtórnej. *Nowa Kodyfikacja Prawa Karnego*, Tom L, No 3897, s. 83-94. DOI: 10.19195/2084-5065.50.6

Jaworska, A. (2013). *Postawy prospołeczne wobec kary dożywotniego pozbawienia wolności w stosunku do młodocianych i nieletnich sprawców przestępstw*. Kraków.

Jezierska, J. (2017). Specjalne programy resocjalizacji instytucjonalnej. W: M. Ciosek, B. Pastwa-Wojciechowska (red.), *Psychologia penitencjarna* (s.286-295). Warszawa.

Jůzl, M. (2013). Programy postępowania z więźniami jako podstawa resocjalizacji oraz przestrzegania ich praw. *Kultura- społeczeństwo – edukacja*, 1(3), s. 115-133.

Kacprzak, A. (2018). Wybrane aspekty pracy socjalnej z osobami opuszczającymi zakłady karne. W: *Polityka społeczna w regionie Łódzkim*, Regionalne Centrum Polityki Społecznej (s. 19-29). Łódź.

Kacprzak, A. (2019). Nieformalne kręgi wsparcia w procesie reintegracji społecznej byłych więźniów w perspektywie biograficznej. *Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis, Studia Sociologica* 11, vol. 2, s. 139–163. doi:10.24917/20816642.11.2.10

Kacprzak, A., Kudlińska, I. (2014). *Praca socjalna z osobami opuszczającymi placówki resocjalizacyjne i ich rodzinami*. Warszawa.

Kalinowski ,M. (2008). Formy, metody i środki wychowania resocjalizującego. W: B. Urban, J.M. Stanik (red.), *Resocjalizacja*, Tom 1 (s. 240-249). Warszawa.

Kalinowski M. (2008). Zasady wychowania resocjalizującego. W: B. Urban, J.M. Stanik (red.), *Resocjalizacja*, Tom 1 (s.237-239). Warszawa.

Kalinowski, M. (2008). Struktura procesu resocjalizacji. W: B. Urban, J.M. Stanik (red.), *Resocjalizacja*, Tom 1 (s. 240-249). Warszawa.

Kalisz, T. Kwieciński, A. (2013). Bezpieczeństwo osobiste jednostki w okresie izolacji penitencjarnej. W: *Prawo do życia i śmierci*, Sadowski M., Spychalska A. Sadowa K. (red.), (57-82).Wrocław.

Kanarek-Lizik ,D. (2017). *Adaptacja skazanych do warunków więziennych w Polsce*. Włocławek.

Kania, A. (2018). Z problematyki retybutywnej oraz utylitarnej sprawiedliwości karania. *Ruch prawniczy, ekonomiczny i socjologiczny*, z 2, s. 89-100.

Karaszewska, H., Rajewska De Mezer, J. (2013). Działania pomocowe i ich znaczenie dla poprawnego przebiegu procesu readaptacji osób opuszczających zakłady karne. *Studia edukacyjne*, 29, s. 213-231.

Kieszkowska, A. (2009). Problemy readaptacyjne osób opuszczających placówki resocjalizacyjne. *Probacja*, 2, s. 99-110.

Kieszkowska, A. (2015). Inkluzyjno-katalatyczny model pracy z osobami wykluczonymi społecznie w procesie społecznej integracji. W: D. Kowalczyk, A. Szecówka,

S. Grzesiak (red.), *Resocjalizacja penitencjarna w kontekstach interdyscyplinarnych* (s. 257-284). Wrocław.

Kithaka, M.W. (2018). The effectiveness of rehabilitation programmes for juvenile deliquents: a case of Kabete and Kirgiti rehabilitation school's programmes, Nairobi, http://erepository.uonbi.ac.ke/bitstream/handle/11295/104718/Kithaka_The%20Effectiveness%20Of%20Rehabilitation%20Programmes%20For%20Juvenile%20Delinquents%20A%20Case%20Of%20Kabete%20And%20Kirigiti%20Rehabilitation%20Schools%E2%80%99%20Programmes.pdf?sequence=1&isAllowed=y (dostęp z dnia 11.10.2021r.).

Kojadyńska, A., Gałędek, J. (2017). Resocjalizacja osadzonych przebywających w zakładzie karnym. *Kortowski Przegląd Prawniczy*, 2, s.84-90.

Konopczyński, M. (2008). Współczesne kierunki zmian w pedagogice resocjalizacyjnej. Destygmatyzacja dewiantów i kreowanie alternatywnych tożsamości. W: M. Konopczyńskiego, B.M. Nowak (red), *Resocjalizacja ciągłość i zmiana* (s. 69-88). Warszawa.

Konopczyński, M. (2014). Twórcza resocjalizacja: zarys koncepcji rozwijania potencjałów. *Resocjalizacja polska*, 7, s. 13-28.

Kozera, Ł. (2019). Pomoc postpenitencjarna jako forma pracy socjalnej. *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie*, z. XVIII, s. 215-226.

Kozłowska, A. (2009). Czynniki utrudniające społeczna readaptację skazanych w aspekcie ich aktywizacji zawodowej. W: F. Kozaczuk (red.), *Zagadnienia readaptacji społecznej skazanych* (s.141-149). Rzeszów.

Kubala, M. (2016). *Rola organizacji pozarządowych w świadczeniu pomocy postpenitencjarnej w Polsce i w Niemczech– historia i teraźniejszość*. Resocjalizacja Polska, 12, s. 41-57.

Kubicz, A. (2014). Zachowania suicydalne więźniów w zakładach karnych. Czy da się temu zapobiec? *Przegląd Prawniczy ELSA Poland*, Zeszyt II, s. 93-105.

Kucharska, B.(2013). Rola pomocy społecznej w aktywnej reintegracji więźniów. W: *Polski system penitencjarny. Ujęcie integralno-kulturowe* (s. 251-258). Warszawa.

Kucyper, K. (2013). Instytucjonalne formy wsparcia w pomocy postpenitencjarnej. *Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Humanitas. Pedagogika,* 8, s. 55-64.

Kuć, M. (2009). Znaczenie zasady indywidualizacji wykonywania kary pozbawienia wolności w readaptacji społecznej skazanych. W: F. Kozaczuk (red.), *Zagadnienia readaptacji społecznej skazanych* (s. 230-239). Rzeszów.

Kulikowski, P. (2010). Resocjalizacja czy readaptacja? Na czym powinny się skupiać działania w stosunku do młodzieży w zakładach poprawczych. W: S. Przybyliński (red.), *Przekraczanie kręgu zagubionego człowieczeństwa na resocjalizacyjnej niwie* (s. 87-98). Kraków.

Kusztal, J. (2014). Resocjalizacja – readaptacja – reintegracja we współczesnym polskim dyskursie naukowym. W: J. Kusztal, K. Kmiecik-Jusięga (red.) *Konteksty resocjalizacji i readaptacji społecznej* (s. 25-44). Kraków.

Leonard, J. (2020). What are the effects of solitary confinement on health? https://www.medicalnewstoday.com/articles/solitary-confinement-effects (dostęp z dnia 24.07.2021).

Lewicka-Zelent, A. (2015). Sprawiedliwość naprawcza w poglądach osób pozbawionych wolności. *Chowanna*, 2, s. 293-313.

Lewicka-Zelent, A. (2017). *Gotowość osób pozbawionych wolności do zadośćuczynienia osobom pokrzywdzonym*. Lublin.

Lewicka-Zelent, A. (2020). Mediacje z udziałem członków rodziny z problemem przemocy – możliwości i bariery. *Probacja*, 1, s. 13-28. DOI: 10.5604/01.3001.0014.3039.

Lewicka-Zelent, A., Stasiorowski, S. (2020). Mechanizmy finansowe wspierające oddziaływania Służby Więziennej na rzecz readaptacji społecznej osób odbywających karę pozbawienia wolności. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J, Paedagogia-Psychologia, 33(4), 49–67.* DOI: https://doi.org/10.17951/j.2020.33.4.49-67.

Lewicka-Zelent, A., Stasiorowski, S. (2021). Rola Funduszu Aktywizacji Zawodowej Skazanych w społecznej readaptacji osób odbywających karę pozbawienia wolności. *Studia Prawnicze KUL*, 1(85), s. 205-219. DOI: 0.31743/sp.5745.

Lipiński, S. (2020). Readaptional potential of prisoners leaving prisons. *The Prison System Review*, 108, s. 33-59.

Lipkowski, O. (1976). *Resocjalizacja*. Warszawa.

Listwan, S. J., Colvin, M., Hanley, D., Flannery, D. (2010). Victimization, Social Support, and Psychological Well-Being : A Study of Recently Realased Prisoners. *Criminal Justice and Behavior*, 37, s. 1140-1159. DOI: 10.1177/0093854810376338.

Liszke, W. (2009). Przygotowanie skazanego do życia po zwolnieniu z zakładu karnego przez kuratora sądowego. *Probacja*, 3-4, s. 113-122.

Lubińska-Bogacka, M. (2017). *Problemy readaptacji społecznej skazanych i pomoc w ich resocjalizacji*. Kraków 2017.

Luke, R.J., Daffern, M., Skues, J.S. (2020). The Effect of Time Spent in Prison and Coping Styles on Psychological Distress in Inmates. *The Prison Journal*, 4, https://doi.org/10.1177/0032885520978475.

Łobocki, M. (2003). *Wprowadzenie do metodologii badań pedagogicznych*. Kraków.

Łobocki, M. (2006). *Metody i techniki badań pedagogicznych*. Kraków.

Łuczak, E. (2014). Efektywność oddziaływań resocjalizacyjnych zakładów karnych w teorii i praktyce. Projekt badań. W: P. Stępniak (red.), *Blaski i cienie współczesnej przestrzeni penitencjarnej. Człowiek a system* (s. 301-308). Kalisz.

Łuczak, E., Łuczak, W. (2015). W trosce o skuteczną resocjalizację penitencjarną. W: D. Kowalczyk, A. Szecówka, S. Grzesiak (red.), *Resocjalizacja penitencjarna w kontekstach interdyscyplinarnych* (s. 41-50). Wrocław.

Łuczak, K. (2014). Niepsychotyczne zaburzenia psychiczne wśród recydywistów penitencjarnych. *Przegląd Prawniczy Ekonomiczny i Społeczny* 2, s. 27-37.

Machel, H. (2003). *Więzienie jako instytucja karna i resocjalizacyjna*. Gdańsk.

Machel, H. (2008). *Sens i bezsens resocjalizacji penitencjarnej – casus polski. Studium penitencjarno-pedagogiczne*. Kraków.

Machel, H. (2011). Resocjalizacja penitencjarna: istota, dylematy terminologiczne, społeczny sens, kilka uwag teoretycznych i kadrowych. *Resocjalizacja Polska*, 2, s. 174-192.

Machel, H., Chęcińska, E. (2017). Zmierzch kary pozbawienia wolności? Sens współczesnej kary uwięzienia. W: M. Ciosek, B. Pastwa-Wojciechowska (red.), *Psychologia penitencjarna* (s. 481-507). Warszawa.

Malinowska, S. (2018). Wybrane aspekty odbywania kary pozbawienia wolności przez osoby z niepełnosprawnością intelektualna. *Studia i rozprawy. Edukacja humanistyczna*, 1 (38), s. 9-19.

Maliszewski, K. (2017). O (nie)szkodliwości kary długoterminowego pozbawienia wolności na psychikę i zdrowie fizyczne więźniów. *Archiwum kryminologii*, Tom XXXIX, s. 197-229. DOI: 10.7420/AK2017G.

Marczak, M. (2009). Obraz byłego więźnia w ocenie pracowników instytucji pomocowych – analiza badań. W: F. Kozaczuk (red.), *Zagadnienia readaptacji społecznej skazanych* (s. 79-89). Rzeszów.

Marczak, M. (2010). Postawy i oczekiwania skazanych wobec kuratorów w aspekcie ich społecznej readaptacji. W: S. Przybyliński (red.), *Przekraczanie kręgu zagubionego człowieczeństwa na resocjalizacyjnej niwie* (s.157-169). Kraków.

Maroń, G. (2011). Sprawiedliwość naprawcza a retrybutywizm w odpowiedzialności karnej. *Zeszyty naukowe Uniwersytetu Rzeszowskiego. Sekcja prawnicza*, 17, s. 111-130.

Maszke, A.W. (2008). *Metody i techniki badań pedagogicznych*. Rzeszów.

Miceli, V. (2009). *Analyzing the Effectiveness of Rehabilitation Programs*, Senior Honors Projects. Paper 158. https://digitalcommons.uri.edu/srhonorsprog/158/?utm_source=digitalcommons.uri.edu%2Fsrhonorsprog%2F158&utm_medium=PDF&utm_campaign=PDFCoverPages (dostęp z dnia 11.10.2021r.).

Michel, M. (2010). Loakalny system resocjalizacji – utopia czy ewolucyjna konieczność? W: S. Przybyliński (red.), *Przekraczanie kręgu zagubionego człowieczeństwa na resocjalizacyjnej niwie* (s. 31-41). Kraków.

Moore, K.A., Stuewig, J.B., Tangeney, J.P. (2016). The effect of stigma on criminal offenders functioning: a longitudinal mediational model, *Deviant Behavior*, 1,37, s. 196-218.doi:10.1080/01639625.2014.1004035.

Morin, A. (2021). *The Mental Health Effects of Being in Prison*, https://www.verywellmind.com/menta-health-effects-of-prison-5071300 (dostęp z dnia 24.07.2021).

Motow, I. (2013). *Perspektywa skutecznej resocjalizacji. Możliwości i bariery*, www.ore.edu.pl [dostęp z dnia 26.05.2021r.].

Mrozek, K. (2011). Istota długoterminowej kary pozbawienia wolności oraz jej struktura i dynamika. *Nowa kodyfikacja prawa karnego*, Tom XXVII , s. 235-244.

Mrózek, Ł. (2014). Zjawisko wykluczenia społecznego więźniów i osób opuszczających ośrodki penitencjarne. Analiza problemu i możliwości przeciwdziałania zjawisku. *Studia Socialia Cracoviensia*, 6, nr 2 (11), s. 45–59.

Musioł, S. (2013). Negatywne aspekty kary pozbawienia wolności. *Probacja*, 4, s. 155-169.

Myrna, B. (2018). Instytucja odroczonego warunkowego zwolnienia skazanych w postępowaniu karnym wykonawczym (art. 164 § 2 k.k.w.). *Nowa kodyfikacja prawa karnego*, Tom XLVIII, AUWr No 3848, s. 69-82.

Najwyższa Izba Kontroli. *Readaptacja społeczna skazanych na wieloletnie kary pozbawienia wolności*, Informacja o wynikach kontroli 2014, wersja pdf, s. 21, dostęp z dnia 29.01.2019.

Narojczyk, A. (2017). Założenia teoretyczne wsparcia społecznego. Konceptualizacja pojęcia w ujęciu nauk społecznych. W: J. Marecki, G. Pal'a, P. Tirpák (red.), *Acta educationis* (s. 30-37). Kraków.

Niewiadomska, I. (2007). *Osobowościowe uwarunkowania kary pozbawienia wolności*. Lublin.

Niewiadomska, I. (2011). *Zakorzenienie społeczne więźniów*. Lublin.

Niewiadomska, I. (2016). Polski model resocjalizacji penitencjarnej. *Teka Komisji Prawniczej*, s.100–122.

Nikołajew, J. (2013). Reguły minimalne i Europejskie reguły więzienne a prawo więźniów do wolności sumienia i religii w Polsce. *Studia z prawa wyznaniowego*, 16, s. 111-135.

Nowacki, Z. (2010). *Wywieranie wpływu społecznego w warunkach izolacji więziennej*. Kraków.

Nowak B.M. (2019). Praca jako czynnik chroniący ekswięźniów przed powrotnością do przestępstwa i wykluczeniem społecznym, *Annales*, sescjo J, VOL. XXXII, 3, s. 289-306.doi: 10.17951/j.2019.32.3.289-306

Nowak J. (2016). Wokół pojęcia kary. W: M. Ciosek, B. Pastwa-Wojciechowska (red.), *Psychologia penitencjarna* (s. 23-31). Warszawa.

Nowak, B.M. (2015). Reintegracja społeczna skazanych w wybranych państwach Unii Europejskiej. *Resocjalizacja Polska*, 10, s. 55-79.

Ochojska, D. (2009). Niektóre korelaty poczucia zadowolenia i efektywność pracy wychowawców placówek resocjalizacyjnych dla nieletnich i zakładów karnych. W: F. Kozaczuk (red.), *Zagadnienia readaptacji społecznej skazanych* (s. 285-298). Rzeszów.

Olszewska, E. (2012). Stygmat przestępcy jako czynnik utrudniający readaptację społeczną byłych skazanych. *Resocjalizacja Polska*, 3, s. 173- 186.

Opora, R. (2010). Refleksje na temat współczesnej resocjalizacji w kontekście jej efektywności. *Resocjalizacja Polska*, 1, s. 211-220.

Opora, R. (2012). Współczesne modele resocjalizacji oraz perspektywy na przyszłość. *Niepełnosprawność*, 8, s. 59-69.

Opora, R. (2014). Warunki pomyślnej implementacji oddziaływań resocjalizacyjnych. W: P. Stępniak (red.), *Blaski i cienie współczesnej przestrzeni penitencjarnej. Człowiek a system* (s.570-577). Kalisz.

Opora, R. (2015). *Efektywność oddziaływań resocjalizacyjnych.* Warszawa.

Ostrowska, K. (2008). *Psychologia resocjalizacyjna. W kierunku nowej specjalności psychologii*. Warszawa.

Ostrowska, K. (2015). Perspektywy resocjalizacji w świetle psychologii pozytywnej. W: D. Kowalczyk, A. Szecówka, S. Grzesiak (red.), *Resocjalizacja penitencjarna w kontekstach interdyscyplinarnych* (s. 51-63). Wrocław.

Ozga, A. (2017). Psychospołeczne skutki kary pozbawienia wolności w zakresie problemów społecznych. *Homo Et Socieates Z praktyki pracy socjalnej*, 2, s. 61-73.

Palka, S. (2006). *Metodologia. Badania. Praktyka pedagogiczna*. Gdańsk.

Paszkiewicz, A. (2017). Stygmatyzacja społeczna osób odbywających karę pozbawienia wolności – zarys problematyki. *Przegląd Więziennictwa Polskiego*, 97, s. 55-77.

Paterline, B.A., Orr D. (2016). Adaptation to Prison and Inmate Self-Concept. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, Vol. 4, No. 2, s. 70-79.

Pekról, J. (2020). Wybrane czynniki (barierę) ograniczające skuteczność komunikowania się w resocjalizacji penitencjarnej i ich pokonywanie. W:T. Bulenda, A. Nawój-Śleszyński (red.), *Polski system penitencjarny w stulecie odzyskania niepodległości* (s. 239-248). Warszawa.

Perska, P., Stępniak, P. (2014). Zdrowie a funkcjonowanie skazanego w zakładzie karnym. *Pielęgniarstwo Polskie*, 1(54), s. 54-58.

Pierzchała, K. (2016). Stygmatyzacja i destygmatyzacja więźniów. Zarys analityczno-syntetyczny zagadnienia. *Krakowskie Studia Małopolskie*, 21, s. 199-214.

Pierzchała, K. (2018). Rola pracy w resocjalizacji penitencjarnej w kontekście badań własnych. *Przegląd Więziennictwa Polskiego*, 3(100), s. 147-180.

Pierzchała, K. (2018). Wymiar osobowy w resocjalizacji skazanych. *Probacja*, 4, s. 47-66.

Pierzchała, K. (2019). Aktywizacja zawodowa skazanych centrową dymensją urzeczywistnienia paradygmatu społeczno-personalistycznego w warunkach systemu izolacyjno-dyscyplinarnego. *Edukacja ustawiczna dorosłych*, 3, s. 131-145.

Pilch T. (1995). *Zasady badań pedagogicznych*. Warszawa.

Pindel, E. (2009). W kierunku efektywności oddziaływań penitencjarnych. Resocjalizacja w polskich zakładach karnych. *Probacja*, 2, s. 111-118.

Pindel, E. (2009). Życie po więzieniu – readaptacja w środowisku otwartym. W: F. Kozaczuk (red.), *Zagadnienia readaptacji społecznej skazanych*, (s. 150-159).Rzeszów.

Piotrowski, J. M., Ciosek, M. (2017). Izolacja więzienna, jako złożona sytuacja trudna. W: M. Ciosek, B. Pastwa-Wojciechowska (red.), *Psychologia penitencjarna* (s. 428-460). Warszawa.

Podgórski, A. (2007). *Metodologia Badań socjologicznych. Kompendium wiedzy socjologicznej dla studentów*. Bydgoszcz – Olsztyn.

Pol, J.D. (2008). Wybrane aspekty kary pozbawienia wolności i jej konsekwencje dla rodziny. W: A. Kieszkowska (red.), *Dylematy współczesnej profilaktyki i resocjalizacji* (s. 141-147). Kielce.

Pol, J.D. (2011). Praca socjalna w polityce i resocjalizacji penitencjarnej. W: T. Kamiński (red.), *Politologia, polityka społeczna, praca socjalna* (s. 137-151). Warszawa.

Polak-Kruszyk, A. (2019). Kary dyscyplinarne i nagrody w procesie resocjalizacji skazanych. W: J., Jedlecka W., Kwieciński A. (red.), *Prawo wobec wyzwań współczesności. Z zagadnień nauk penalnych* (s. 151-161).Wrocław . DOI: https://doi.org/10.34616/23.19.087

Porębska, K. (2009). Wsparcie społeczne w warunkach izolacji jako wyznacznik skutecznej readaptacji. *Probacja*, 2, s. 49-58.

Pospiszyl, K. (2008). Psychologiczne podstawy resocjalizacj. W: B. Urban, J. M. Stanik (red.), *Resocjalizacja*, Tom 1, s. 77-95. Warszawa.

Program Pomocy Postpenitencjarnej udzielanej przez organizacje pozarządowe z Funduszu Sprawiedliwości na lata 2020-2022.

Przesławski T. (2017). Organizacja wykonywania kary pozbawienia wolności a idea sprawiedliwości naprawczej. *Przegląd Więziennictwa Polskiego*, 94, s. 35-50.

Przybysz-Zaremba, M. (2010). Proces resocjalizacji we współczesnych koncepcjach teoretycznych. W: S. Przybyliński (red.), *Przekraczanie kręgu zagubionego człowieczeństwa na resocjalizacyjnej niwie* (s.121-130). Kraków.

Pstrąg, D. (2009). Obawy skazanych związane z readaptacją do życia na wolności. W: F. Kozaczuk (red.), *Zagadnienia readaptacji społecznej skazanych* (s. 111-124). Rzeszów.

Pstrąg, D. (2014). Praca w readaptacji społecznej skazanych. *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, t. XXXIII, s. 148-164.

Pytka, A. (2021). Parenting skills of imprisoned: impact and consequences for human security. *Journal os security and sustainability issues*, Volume 11, s. 141-146. doi: 10.47459/jssi.2021.11.10

Pytka, L. (2001). *Pedagogika resocjalizacyjna. Wybrane zagadnienia teoretyczne, diagnostyczne i metodyczne*, Warszawa. Wydanie piąte.

Pytka, L. (2008). Różne ujęcia definicji resocjalizacji. W: B. Urban, J.M. Stanik (red.), *Resocjalizacja*, Tom 1 (s. 73-77). Warszawa.

Quandt, K. R., Jones, A., (2021). Research Roundup: Incarceration can cause lasting damage to mental health, https://www.prisonpolicy.org/blog/2021/05/13/mentalhealthimpacts/ (dostęp z dnia 24.07.2021),

Rada Europy, Komitet Ministrów, Rekomendacja Rec (2006) Komitetu Ministrów do państw członkowskich Rady Europy w sprawie Europejskich Reguł Więziennych (Przyjęta przez Komitet Ministrów w dniu 11 stycznia 2006 r. na 952 posiedzeniu delegatów).

Raport Najwyższej Izby Kontroli, *Readaptacja społeczna skazanych na wieloletnie kary pozbawienia wolności*, 2015. https://www.nik.gov.pl/plik/id,9730,vp,11986.pdf (dostęp z dnia 12.02.2021).

Rekosz, E. (2010). Przygotowanie skazanych do zwolnienia. Wyniki badań na temat oddziaływań penitencjarnych w polskich zakładach karnych. *Analizy, Raporty, Ekspertyzy*, 3.

Rentzman, W. (2013). A pathway to reintegration of prisoners - Strengthening family relations and the importance of closer cooperation with relevant players. *Zeitschrift für soziale Strafrechtspflege Aktuelle Herausforderungen der sozialen Strafrechtspflege*, 49, s. 11-20.

Rębas, S. (2014). Metody i formy oddziaływań wychowawczych kuratorów sądowych. *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, T. XXXIII, s. 130-147.

Roguski, M., Chauvel F. (2009). *The Effects of Imprisonment on Inmates' and their Families' Health and Wellbeing*, The National Health Committee.

Rondalska, D. (2015). Oddziaływania pomocowe w ramach jurydycznej pracy socjalnej a readaptacja społeczna po zwolnieniu z zakładu karnego. W: D. Kowalczyk, A. Szecówka, S. Grzesiak (red.), *Resocjalizacja penitencjarna w kontekstach interdyscyplinarnych* (s. 349-356).Wrocław.

Roth, B. B., Asbjornsen, A., Manger, T. (2016). The relationship between prisoners' academic self-efficacy and participation in education, previous convictions, sentence length, and portion of sentence served. *Journal of Prison Education and Reentry*, Vol. 3 No. 2, s. 106-121.

Rozporządzenia Ministra Sprawiedliwości z dnia 13 września 2017 roku w sprawie Funduszu Pomocy Osobom Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej (Dz. U. z 2017 r. poz. 665, 666, 768 i 1452).

Sarzała, D. (2016). Rodzina osoby przebywającej w izolacji więziennej jako środowisko wsparcia społecznego. *Kwartalnik Naukowy*, 4(28), s. 311-326.

Sęk, H., Cieślak, R. (2004). Wsparcie społeczne- sposoby definiowania, rodzaje i źródła wsparcia, wybrane koncepcje teoretyczne. W: H. sęk, R. Cieślak (red.), *Wsparcie społeczne stres i zdrowie* (s. 11-28). Warszawa.

Skardhamar, T., Telle, K. (2009). Life after prison: The relationship between employment and re-incarceration, Discussion Papers, No. 597, Statistics Norway, Research Department, Oslo, https://www.econstor.eu/bitstream/10419/192579/1/dp597.pdf (dostęp z dnia 06.08.2021r.)

Skorupka, J. (2013). *O sprawiedliwości procesu karnego*. Warszawa.

Skowroński, B., Talik, E. (2018). Radzenie sobie ze stresem a jakość życia osób osadzonych w placówkach penitencjarnych. *Psychiatria Polska*, 52(3), s. 525-542.

Skura, J. (2009). Pomoc postpenitencjarna w kontekście przygotowania skazanych do życia w warunkach wolnościowych. W: F. Kozaczuk (red.), *Zagadnienia readaptacji społecznej skazanych* (s. 268-278). Rzeszów.

Sobczyszyn, U. (2009). Czynniki utrudniające społeczną readaptację skazanych po odbyciu kary pozbawienia wolności – ogólna charakterystyka. W: F. Kozaczuk (red.), *Zagadnienia readaptacji społecznej skazanych* (s.125-140). Rzeszów.

Stępniak, P. (2004). Praca i pracownicy socjalni w przeciwdziałaniu przestępczości. Propozycje modelowe. W: W. Ambrozik, P. Stępniak (red.), *Służba więzienna wobec problemów resocjalizacji penitencjarnej* (s. 49-57). Poznań – Warszawa – Kalisz.

Szaboo, A. (2013). My family inside…, says a prisoners. *Specto*, s. 557-560.

Szczygieł, G. B. (2002). *Społeczna readaptacja skazanych w polskim systemie penitencjarnym*. Białystok.

Szczygieł, G. B. (2017). Przygotowanie skazanego do opuszczenia zakładu karnego w trybie art. 164 k.k.w. *Ius Novum*, 2, s. 155-167.

Sztuka, J. (2018). Perspektywa efektywności w resocjalizacji. *Artykuły i rozprawy*, 21, 1, s. 85-105. OI: 10.12775/SPI.2018.1.004.

Sztumski, J. (1995). *Wstęp do metodologii i technik badań społecznych*. Katowice.

Świgost, M., Dąbrowska, A. (2017). Właściwości stygmatu a sytuacja życiowa człowieka zagrożonego stygmatyzacją. *Studia Edukacyjne* nr 45, 2017, s. 329-345. DOI: 10.14746/se.2017.45.22

Taylor, M. (2017). *Improving In-Prison Rehabilitation Programs. Legislative Analyst*. https://lao.ca.gov/reports/2017/3720/In-Prison-Rehabilitation-120617.pdf (dostęp z dnia 11.10.2021r.).

The Scottish Centre for Crime and Justice Research What is prison for? http://www.sccjr.ac.uk/wp-content/uploads/2015/10/SCCJR-What-is-prison-for-.pdf (dostęp z dnia 06.07.2020)

Theiss, M. (2011). Kapitał społeczny i wykluczenie społeczne. *Polityka społeczna*, 5-6, s. 43-47.

Thomas, J., Zaitzow, B.H. (2006). Conning or Conversion? The Role of Religion in Prison Coping. *The Prison Journal*, 86,2, s. 242-259. DOI: https://doi.org/10.1177/0032885506287952.

Timofeeva, E.A. (2019). Foreign Prison Experience Resocialization of Prisoners. *Problems of Enterprise Development: Theory and Practice*, 62, DOI: https://doi.org/10.1051/shsconf/20196212004

Tomita, M., Panzaru, C. (2010). Forms of quasi coercive treatment for resocialization of juvenile offenders. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, s. 4164–4171.

United Nations Office on Drugs and Crime (2018). *Introductory Handbook on the Prevention of Recidivism and the Social Reintegration of Offenders. Criminal Justice Handbook Series*, Vienna. https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/18-02303_ebook.pdf (dostęp z dnia 11.10.2021r.).

Ustawa z dnia 12 marca 2004 roku o pomocy społecznej Dz. U. 2004 Nr 64 poz. 593

Ustawa z dnia 27 lipca 2001 roku o kuratorach sądowych Dz. U. 2001 Nr 98 poz. 1071

Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. - Kodeks karny wykonawczy (Dz.U.2021.0.53)

Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. - Kodeks karny wykonawczy Dz.U.2020.0.523.

Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. - Kodeks karny wykonawczy, Dz.U. 1997 nr 90 poz. 557.

Verland, K. (2015). *Alternative Report to the list of issues (CAT/C/DNK/Q/6-7) dated 19 January 2010 to be considered by the UN Committee against Torture during the examination of the 6th and 7th periodic report of Denmark*, 54th Session, November.

Weitmayer, B.(2014). Eine neue Gemeinnützigkeit? Organisations- und Rechtsformen von Nonprofit-Organisationen. W: A.E. Zimmer, R. Simsa (red.), *Forschung zu Zivilgesellschaft, NPOs und Engagement. Quo vadis?* (s.41-50). Springer Fachmedien Wiesbaden. https://docplayer.org/33661041-Eine-neue-gemeinnuetzigkeit-organisations-und-rechtsformen-von-nonprofit-organisationen.html (dostęp z dnia 12.02.2021r).

Węgliński, A. (2013). Zasoby osobiste i kompetencje społeczne kuratorów sądowych niezbędne w pracy z osobą dozorowaną z problemem alkoholowym. *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, T. XXXII, s. 343-364.

Williams, K., Poyser, J., Hopkins, K. (2012). Accommodation, homelessness and reoffending of prisoners: Results from the Surveying Prisoner Crime Reduction (SPCR) survey. *Research Summary* 3/12, Ministry of Justice.

Witkowska-Paleń, A. (2015). Programy wspierające proces readaptacji społecznej skazanych w zakładach karnych (wybrane przykłady). *Journal of Modern Science,* 2/25, s. 177–194.

Wysocka, E. (2015). *Pozytywna diagnoza w resocjalizacji. Model teoretyczny i metodologiczny*. Katowice.

Zajęcka, B. (2015). Osoby opuszczające zakłady karne jako zbiorowość skazana na wykluczenie społeczne. W: D. Kowalczyk, A. Szecówka, S. Grzesiak (red.), *Resocjalizacja penitencjarna w kontekstach interdyscyplinarnych* (s. 285-302). Wrocław.

Żeromska-Charlińska, J. (2010). Sens kary w świadomości skazanych. Jak zwyczajnie przeżyć nadzwyczajne okoliczności? W: S. Przybyliński (red.), *Przekraczanie kręgu zagubionego człowieczeństwa na resocjalizacyjnej niwie* (s. 145-156). Kraków.

Źródła internetowe:

Rzecznik Praw Obywatelskich https://www.rpo.gov.pl/pl/content/reguly-nelsona-mandeli (dostęp: 12.11.2020).

Służba Więzienna, https://sw.gov.pl/aktualnosc/Przygotowanie-wieznia-do-zycia-na-wolnosci (dostęp z dnia: 11.11.2020).

Rzecznik Praw Obywatelskich https://www.rpo.gov.pl/pl/content/reguly-nelsona-mandeli (dostęp: 12.11.2020).

Służba Więzienna, https://sw.gov.pl/aktualnosc/Przygotowanie-wieznia-do-zycia-na-wolnosci (dostęp z dnia: 11.11.2020).

https://nowadroga.eu/o-projekcie/, (dostęp z dnia 10.05.2021r.)

https://www.funduszeeuropejskie.gov.pl/strony/o-funduszach/projekty/przyklady-najciekawszych-projektow/nowa-droga-wsparcie-osob-mlodych-opuszczajacych-zaklady-karne-lub-areszty-sledcze-ii-edycja/ (dostęp z dnia 10.05.2021r.)

https://www.rp.pl/Prawo-karne/302229989-Fundacja-Pomost-pomaga-bylym-wiezniom-zaczac-nowe-zycie.html (dostęp z dnia 10.05.2021r.)

https://www.fundacja-pomost.pl/strona-glowna (dostęp z dnia 10.05.2021r.)

https://www.sw.gov.pl/aktualnosc/zaklad-karny-w-warszawie-bialolece-oddzialywania-penitencjarne-na-czym-to-polega, dostęp z dnia 23.07.2021r.).

http://www.probation.ie/EN/PB/WebPages/WP16000036 (dostęp z dnia 16.08.2021r).

https://online.maryville.edu/blog/probation-vs-parole-officer/ (dostęp z dnia 16.08.2021r.).

https://work.chron.com/jail-social-worker-21706.html (dostęp z dnia 16.08.2021r.).

https://www.communitycare.co.uk/prisons-and-social-work/ (dostęp, z dnia16.08.2021r.).

https://www.corrections.sa.gov.au/careers/Working-with-prisoners-and-offenders/social-workers (dostęp z dnia 16.08.2021r.).

https://onlineprograms.ollusa.edu/resources/article/correctional-social-work-a-look-on-the-inside/ (dostęp z dnia 16.08.2021r.).

https://www.sw.gov.pl/strona/opis-zaklad-karny-we-wlodawie, dostęp z dnia 12.10.2021r.

https://www.sw.gov.pl/strona/opis-zaklad-karny-w-opolu-lubelskim, dostęp z dnia 12.10.2021r

https://www.sw.gov.pl/strona/opis-areszt-sledczy-w-suwalkach, dostęp z dnia 12.10.2021r.

https://www.sw.gov.pl/strona/opis-zaklad-karny-bialystok, dostęp z dnia 12.10.2021r.

https://re-entrymediation.org/, dostęp z dnia 22.04.2022r.

Spis tabel, wykresów i rysunków

ANEKS

Załącznik nr 1 – autorski program readaptacji społecznej

Program readaptacji społecznej osób skazanych w okresie przygotowania do opuszczenia zakładu karnego - scenariusze zajęć

ZAJĘCIA 1 (4h)

Rozwijanie umiejętności komunikacyjnych

Aranżacja przestrzeni: grupa siedzi w okręgu

1. Ćwiczenie „Przedstawienie się osoby prowadzącej zajęcia i uczestników zajęć"

Cele:

- zapoznanie się uczestników grupy;
- budowanie pozytywnej atmosfery w grupie;
- rozwijanie umiejętności wypowiadania się na forum;
- rozwijanie umiejętności autoprezentacji.

Czas: 15 min

Formy pracy: indywidualna

Metody[17]: praktyczna

Materiały pomocnicze: załącznik 1

Przebieg:

A. Uczestnicy po kolei losują dwie kartki z pytaniem, na które udzielają odpowiedzi. Prowadzący również bierze udział w ćwiczeniu.

B. Na forum każdy z uczestników odpowiada na wylosowane pytania.

C. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego z pokreśleniem, że zawsze możemy dowiedzieć się czegoś o sobie.

[17] W realizacji założonych celów dokonano wyboru metod i technik zaproponowanych przez W. Okonia (1998). Wyróżnił on następujące metody: • asymilacji wiedzy (podającą); • samodzielnego dochodzenia do wiedzy (problemową); • praktycznych ćwiczeń; • waloryzacyjne (eksponujące).
W ramach tych metod zastosowano następujące techniki: • wykład; • pogadanka; • prezentacja multimedialna; • projekcja filmików; • dyskusja; • burza mózgów; • rozwiązywanie zadań; • swobodne wypowiadanie się uczestników; • scenki.

2. Ćwiczenie „Rundka na rozpoczęcie zajęć”

Cele:

- kształtowanie umiejętności wyrażania swojego zdania na forum;
- budowanie zaufania;
- zdobywanie informacji o uczestnikach zajęć.

Czas: 5 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi uczestników, aby każdy dokończył zdanie:

- *Na dzisiejsze zajęcia przychodzę z ...*

B. Każdy z uczestników kończy zdanie.

C. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego z zaznaczeniem, że każdy ma inną motywację do udziału w zajęciach.

3. Ćwiczenie „Moje oczekiwania i obawy”

Cele:

- poznanie opinii uczestników zajęć na temat udziału w programie;
- budowanie wzajemnego zaufania;
- rozwijanie umiejętności otwartego wyrażania swoich obaw i oczekiwań.

Czas: 15 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Każdy z uczestników (anonimowo) na kartce pisze jakie są jego oczekiwania oraz obawy związane z udziałem w programie.

B. Prowadzący zbiera kartki od uczestników by się z nimi zapoznać. Prowadzący zapewnia uczestników, że ich obawy i oczekiwania mają służyć wspólnej pracy podczas zajęć.

4. Ćwiczenie „Kontrakt”

Cele:

- ustalenie zasad obowiązujących podczas zajęć;

- rozwijanie kreatywności;
- rozwijanie umiejętności przyjmowania punktu widzenia innych;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania;
- rozwijanie umiejętności współpracy w grupie.

Czas: 15 min

Formy pracy: zbiorowa

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: arkusz dużego papieru, długopisy

Przebieg:

A. Prowadzący daje uczestnikom arkusz dużego papieru.

B. Uczestnicy wspólnie z prowadzącym zapisują zasady, jakie będą obowiązywać podczas spotkań i wszyscy się pod nim podpisują.

C. Następnie wspólnie umieszczają kontrakt na tablicy.

D. Prowadzący podsumowuje zadanie zaznaczając, że ustalone zasady obowiązują wszystkich uczestników na każdych zajęciach.

5. Ćwiczenie „Wprowadzenie do tematu zajęć związanych z komunikacją interpersonalną"

Cele:

- nabywanie wiedzy o komunikacji społecznej;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania.

Czas: 15 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: podająca

Przebieg:

A. Prowadzący pyta uczestników czy wiedzą czym jest komunikacja, czym różni się komunikacja werbalna od niewerbalnej itp.

B. Prowadzący wyjaśnia czym jest komunikacja, jakie są jej rodzaje: werbalna i niewerbalna, czym są błędy w komunikacji oraz aktywne słuchanie. Na koniec podkreśla, jak ważne jest aktywne słuchanie naszego rozmówcy oraz świadomość błędów jakie popełniamy w komunikacji z innymi.

6. Ćwiczenie „Porozumiewaj się językiem żyrafy”

Cele:

- nabywanie wiedzy o sposobie komunikowania się w modelu Porozumienia Bez Przemocy;
- nabywanie wiedzy o funkcjach komunikatu Porozumienia Bez Przemocy;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania.

Czas: 30 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: podająca, problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: prezentacja multimedialna – załącznik 2, załącznik 3

Przebieg:

A. Zapoznanie uczestników grupy z modelem komunikacji Porozumienia bez Przemocy. Omówienie języka żyrafy i języka szakala – prezentacja multimedialna.

B. Po prezentacji każdy z uczestników ma za zadanie przekształcić komunikaty w języku szakala na komunikat w języku żyrafy (załącznik 3).

C. Na forum uczestnicy odczytują przekształcone przez siebie komunikaty.

D. Podsumowanie zadania przez prowadzącego zajęcia z podkreśleniem funkcji zaprezentowanego modelu komunikacyjnego i skutków jego niestosowania.

7. Ćwiczenie „Aktywne słuchanie”

Cele:

- nabywanie wiedzy na temat aktywnego słuchania i jego znaczenia w kontaktach interpersonalnych;
- rozwijanie umiejętności komunikowania się werbalnie i niewerbalnie;
- rozwijanie umiejętności odczytywania mowy ciała;
- rozwijanie umiejętności dokonywania obserwacji.

Czas: 35 min

Formy pracy: grupowa

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Uczestnicy dzielą się na 3-osobowe grupy. Jedna osoba jest mówcą, słuchaczem, a trzecia obserwatorem.

B. Mówca opowiada jakąś historię (prawdziwą lub wymyśloną). Zadaniem słuchacza jest zapamiętanie jak największej liczby szczegółów i ważnych informacji.
C. Obserwator w tym czasie na kartce zapisuje jak zachowuje się mówca i słuchacz podczas opowiadania historii.
D. Słuchacz opowiada, co udało mu się zapamiętać z historii, którą usłyszał od mówcy. Następnie mówca mówi czy słuchacz wszystko dobrze zrozumiał i powtórzył.
E. W dalszej kolejności obserwator odczytuje swoje zapiski dotyczące zachowania mówcy i słuchacza.
F. Dyskusja na forum dotycząca zachowań, wypisanych przez obserwatorów
G. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie i podkreśla, że w zależności od roli, w jakiej występujemy inaczej odbieramy komunikaty wysyłane przez drugą osobę.

8. Ćwiczenie „Dobry słuchacz"

Cele:

- nabywanie wiedzy na temat barier i błędów komunikacyjnych;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania;
- rozwijanie świadomości błędów popełnianych w komunikacji z innymi;
- rozwijanie umiejętności współpracy z grupą;
- rozwijanie umiejętności wypowiadania się na forum grupy.

Czas: 30 min
Formy pracy: grupowa
Metody: problemowa, praktyczna
Materiały pomocnicze: duży arkusz papieru, długopisy
Przebieg:

A. Uczestnicy zajęć na dużym arkuszu zapisują zasady, jakie świadczą o tym, że ktoś jest dobrym słuchaczem. Następnie wypisują w punktach rzeczy, zachowania, czynniki, które utrudniają prawidłową komunikację z drugą osobą i prezentują na forum wyniki swojej pracy.
B. Omówienie i podsumowanie ćwiczenia w postaci dyskusji na temat sposobów radzenia sobie z barierami w komunikacji oraz sensu aktywnego słuchania.

9. Ćwiczenie „Jak rozmawiam z bliskimi osobami?”

Cele:

- nabywanie wiedzy o najczęstszych błędach popełnianych w komunikacji z innymi osobami;
- rozwijanie umiejętności budowania poprawnych komunikatów;
- rozwijanie umiejętności rozpoznawania potrzeb drugiej osoby;
- pobudzanie samoświadomości;
- rozwijanie umiejętności interpretacji otrzymywanych komunikatów.

Czas: 20 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Uczestnicy na kartce rysują wybraną przez siebie osobę bliską (współmałżonka/ partnerka kolega, osoba z rodziny) i za pomocą symboli przedstawiają najczęstsze błędy, jakie popełniają podczas komunikacji z drugą osobą.

B. Następnie na forum prezentują wyniki swojej pracy.

C. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie i pokazuje, że inaczej rozmawiamy z osobami z rodziny, a inaczej z obcymi.

10. Ćwiczenie „Moja reakcja”

Cele:

- nabywanie wiedzy o potrzebie wyrażania własnych uczuć i emocji;
- rozwijanie umiejętności spostrzegania potrzeb drugiej osoby;
- rozwijanie umiejętności prospołecznych;
- wzbudzanie motywacji do podejmowania działań na rzecz drugiej osoby.

Czas: 20 min

Formy pracy: grupowa

Metody: problemowa, praktyczna, eksponująca

Materiały pomocnicze: załącznik 4

Przebieg:

A. Uczestnicy pracują w parach. Każda para otrzymuje karteczkę (załącznik 4) i w parach omawiają, jaka jest najczęstsza reakcja w podanych sytuacjach. Następnie przygotowują

scenkę z przykładem reakcji, która zawiera elementy komunikatu Porozumienia Bez Przemocy.

B. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie mówiąc, że w codziennych sytuacjach możliwe jest stosowanie komunikatu nie zawierającego „agresji słownej".

11. Podsumowanie zajęć

Cele:

- podsumowanie zajęć oraz utrwalanie wiedzy o komunikacji społecznej;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania.

Czas: 10 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: podająca

Przebieg:

A. Prowadzący podsumowuje całe spotkanie.

B. Przypomina najważniejsze treści dotyczące błędów najczęściej spotykanych podczas komunikacji z drugą osobą oraz podkreśla znaczenie komunikatu Porozumienia Bez Przemocy.

12. Ćwiczenie „Rundka na zakończenie zajęć"

Cele:

- rozwijanie umiejętności wyrażania swojego zdania na forum;
- rozwijanie umiejętności komunikacyjnych.

Czas: 5 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi, aby z uczestników powiedział, co wynosi z zajęć, czy nauczył się czegoś nowego.

B. Każdy z uczestników wypowiada się na forum.

C. Prowadzący dziękuję za udział w zajęciach i podsumowuje podkreślając, że każdy ma prawo do wyrażania swojego zdania.

ZAJĘCIA 2 (4h)

Reagowanie w sytuacjach trudnych

Aranżacja przestrzeni: grupa siedzi w okręgu

Część I Stres

Przebieg zajęć:

1. Przywitanie grupy i wprowadzenie do tematu zajęć. Prowadzący omawia tematykę zajęć. Czas: 5 min

2. Ćwiczenie „Rundka na rozpoczęcie zajęć”

Cele:

- budowanie pozytywnej atmosfery zajęć;
- budowanie bliskiej relacji z drugą osobą;
- rozwijanie umiejętności wyrażania własnego zdania;
- wzbudzanie autorefleksji;
- budowanie zaufania;
- nabywanie wiedzy o pozostałych uczestnikach zajęć.

Czas: 5 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi, aby każdy z uczestników powiedział, co miłego ostatnio go spotkało.

B. Uczestnicy wypowiadają się na forum.

C. Podsumowanie przez prowadzącego z zaznaczeniem, że warto dostrzegać rzeczy pozytywne.

3. Ćwiczenie „Stres – co to takiego?”

Cele:

- nabywanie wiedzy na temat tego, czym jest stres i sytuacja stresowa;
- poszerzenie wiedzy o czynnikach wywołujących stres;
- wzbudzanie autorefleksji;

- rozwijanie umiejętności nazywania własnych stresorów;
- rozwijanie umiejętności współpracy w grupie.

Czas: 15 min

Formy pracy: indywidualna, grupowa

Metody: problemowa, praktyczna, eksponująca

Materiały pomocnicze: załącznik 5

Przebieg:

A. Rozmowa wszystkich uczestników na temat tego, czym jest stres i sytuacja stresowa.
B. Po dyskusji każdy z uczestników otrzymuje kartkę z zarysem człowieka (załącznik 5).
C. Wewnątrz i obok zapisuje rzeczy, czynniki, które wywołują w nim stres (czynniki osobiste i środowiskowe).
D. Grupa wspólnie zbiera i zapisuje na kartce, te czynniki, które najczęściej się powtarzają i próbują ustalić dlaczego.
E. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego i podkreślenie, że każdy stres i sytuacje stresowe odbiera inaczej.

4. Ćwiczeni „Objawy stresu”

Cele:

- nabywanie wiedzy o objawach stresu;
- podnoszenie świadomości reakcji organizmu na stres i sytuację stresową;
- rozwijanie umiejętności współpracy w grupie;
- wzbudzanie samoświadomości;
- rozwijanie umiejętności dokonywania obserwacji zachowań drugiej osoby.

Czas: 15 min

Formy pracy: grupowa

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: załącznik 6

Przebieg:

A. Uczestnicy pracują w parach. Na karteczkach otrzymują wypisane różne objawy stresu (załącznik 6).
B. Zadaniem uczestników jest podział tych symptomów na:
    - reakcje fizjologiczne;
    - emocje;

- zachowania[18].

C. Pary odczytują swój podział.

D. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego z zaznaczeniem, że każdy inaczej reaguje w sytuacjach stresowych.

5. Ćwiczenie „Radzenie sobie ze stresem"

Cele:

- nabywanie wiedzy o strategiach radzenia sobie ze stresem przez uczestników zajęć;
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie umiejętności interpretowania własnych reakcji w sytuacjach stresowych;
- rozwijanie umiejętności prowadzenia dyskusji;
- rozwijanie umiejętności komunikacyjnych.

Czas: 20 min

Formy pracy: indywidualna, grupowa

Metody: praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Uczestnicy na małych karteczkach zapisują sposoby, z jakimi najczęściej radzą sobie ze stresem.

B. Każdy odczytuje swoje odpowiedzi na forum.

C. Następnie uczestnicy wspólnie z prowadzącym dokonują pogrupowania uzyskanych odpowiedzi na „skuteczne i nieskuteczne" sposoby radzenia sobie ze stresem.

D. Rozmowa na forum i podsumowanie przez prowadzącego z podkreśleniem, że niektóre rzeczy robione przez nas w sytuacjach stresowych mogą mieć negatywne konsekwencje.

6. Ćwiczenie „Moje emocje w stresie"

Cele:

- zdobycie wiedzy na temat znaczenia emocji w życiu człowieka;
- rozwijanie umiejętności nazywania i wyrażania własnych emocji;
- rozwijanie umiejętności spostrzegania emocji innych osób.

Czas: 10 min

[18] A. Woźniak, *Metody radzenia sobie ze stresem - scenariusz zajęć wychowawczych w klasach gimnazjalnych*, http://www.edukacja.edux.pl/p-12137-metody-radzenia-sobie-ze-stresem-scenariusz.php, dostęp z dnia: 02.02.2019

Formy pracy: indywidualna
Metody: praktyczna, eksponująca
Materiały pomocnicze: kartki, długopisy
Przebieg:

A. Każdy z uczestników mówi, co czuje w sytuacji stresowej, jakie emocje mu towarzyszą.
B. Rozmowa na temat emocji, ich znaczenia w życiu każdego z nas, ich rozpoznawaniu.
C. Podsumowanie ćwiczenia z podkreśleniem, jak ważną rolę odgrywają emocje w naszym życiu.

7. Ćwiczenie „Kończenie zdań”

Cele:

- nabywanie informacji o sposobach reagowania na stres przez uczestników zajęć;
- rozwijanie umiejętności wypowiadania się na forum;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania.

Czas: 5 min
Formy pracy: indywidualna
Metody: praktyczna
Przebieg:

A. Prowadzący prosi uczestników, aby każdy dokończył zdania:
    - *Kiedy się stresuję, czuje……*
    - *Moją pierwszą reakcją na stres jest….*
B. Każdy z uczestników kończy zdanie.
C. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego z zaznaczeniem, że każdy ma prawo do wyrażania własnego zdania.

8. Ćwiczenie „Wychodzenie z sytuacji stresowych”

Cele:

- nabywanie wiedzy o różnych sposobach wychodzenia z sytuacji stresowych;
- uświadomienie sobie trudnej sytuacji drugiej osoby;
- rozwijanie umiejętności pracy w grupie;
- rozwijanie umiejętności wczuwania się w przeżycia innych osób;
- rozwijanie umiejętności prospołecznych;
- rozwijanie kreatywności;

- rozwijanie wyobraźni.

Czas: 25 min

Formy pracy: grupowa

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: załącznik 7

Przebieg:

A. Uczestnicy pracują w parach. Każda para otrzymuje karteczkę z przykrą, stresująca sytuacją (załącznik 7).
B. Zadaniem uczestników jest dopisanie pozytywnego zakończenia i rozwiązania sytuacji stresowej.
C. Prezentacja rozwiązań uczestników na forum.
D. Podsumowanie ćwiczenia i sposobów rozwiązania sytuacji stresowych przez prowadzącego z podkreśleniem, że każdy inaczej rozwiązuje sytuacje dla niego trudne.

9. Ćwiczenie relaksacyjne i podsumowanie pierwszej części zajęć

Cele:

- rozwijanie wyobraźni;
- rozwijanie umiejętności relaksowania się;
- wzbudzanie samoświadomości.

Czas: 10 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi, aby uczestnicy zamknęli oczy, wykonali trzy głębokie wdechy i pomyśleli o czymś, co sprawia im przyjemność.
B. Uczestnicy wykonują krótkie ćwiczenie relaksacyjne.
C. Na koniec prowadzący podsumowuje pierwszą część zajęć i podkreśla, że sytuacje stresowe dotykają każdego z nas.

Część II Konflikty

10. Ćwiczenie „Koło konfliktów Moore'a

Cele:

- nabywanie wiedzy o rodzajach konfliktów;
- zdobycie wiedzy o stylach rozwiązywania konfliktów;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania;
- wzbudzanie autorefleksji.

Czas: 15 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: podająca

Materiały pomocnicze: załącznik 8[19]

Przebieg:

A. Prowadzący wprowadza grupę w zagadnienia związane z konfliktami.

B. Prowadzący daje każdemu kartkę z Kołem konfliktów wg Moore'a, a następnie je omawia (załącznik 8).

C. Prowadzący podaje definicję konfliktu oraz wyjaśnia różnicę między konfliktem a sporem.

12. Ćwiczenie „Koło konfliktów Moore'a - sposoby rozwiązywania konfliktów"

Cele:

- zdobycie wiedzy o stylach rozwiązywania konfliktów;
- rozwijanie umiejętności współpracy w grupie;
- rozwijanie umiejętności wypowiadania się na forum grupy;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania;
- rozwijanie kreatywności.

Czas: 15 min

Formy pracy: grupowa

Metody: problemowa, praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący dzieli grupę na 4 zespoły.

---

[19] Źródło: Internet http://www.pomocpsychoterapeuta.pl/?p=551, (dostęp z dnia 02.02.2019)

B. Zadaniem każdego z zespołów jest podanie konkretnej sytuacji z życia do danego rodzaju konfliktu i sposobu, w jaki można ten konflikt rozwiązać.
C. Przedstawiciel każdego z zespołów prezentuje na forum wyniki pracy swojej grupy.
D. Prowadzący podsumowuje zadanie podkreślając że konflikty trzeba rozwiązywać.

13. Ćwiczenie „Jak rozwiązuję konflikty?”

Cele:

- poszerzanie wiedzy uczestników o możliwych stylach rozwiązywania konfliktów;
- rozwijanie umiejętności dyskutowania;
- kształtowanie umiejętności nazywania swoich konfliktów;
- wzbudzanie autorefleksji.

Czas: 15 min

Formy pracy: zbiorowa

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Dyskusja na forum o stylach rozwiązywania konfliktów.
B. Każdy z uczestników mówi o sposobie, w jaki jemu udało się rozwiązać ostatnio konflikt.
C. Prowadzący podsumowuje i podkreśla, że w zależności od sytuacji w jakiej się znajdujemy inaczej podchodzimy do rozwiązywania konfliktów.

14. Ćwiczenie „Kończenie zdań”

Cele:

- rozwijanie umiejętności wypowiadania się na forum;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania;
- wzbudzanie autorefleksji.

Czas: 5 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi uczestników, aby każdy dokończył zdania:
    - *Konflikty prowadzą do…..*
    - *Konflikty trzeba rozwiązywać, ponieważ…..*
    - *W sytuacji konfliktowej najczęściej….*

B. Każdy z uczestników wypowiada się na forum grupy.
C. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego z zaznaczeniem, że każdy ma prawo do wyrażania własnego zdania.

15. Ćwiczenie „Mój konflikt dziś”[20]

Cele:

- nabywanie wiedzy o stylach rozwiązywania konfliktów przez uczestników zajęć;
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie umiejętności rozpoznawania i wyrażania własnych emocji;
- rozwijanie umiejętności wczuwania się w przeżycia innych osób;
- rozwijanie umiejętności przyjmowania perspektywy innej osoby;
- rozwijanie umiejętności postrzegania problemów z różnych perspektyw.

Czas: 35 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Uczestnicy pracują indywidualnie. Każdy otrzymuje kartkę papieru.
B. W pierwszej kolejności uczestnicy przypominają sobie i zapisują konflikt, który ich dotyczył i który wg nich nie został do końca rozwiązany lub nie tak jak by chcieli. Zadaniem uczestników jest opisanie sytuacji konfliktowej bez swoich odczuć i emocji - podanie samych faktów.
C. Następnie uczestnicy zapisują emocje jakie im wtedy towarzyszyły, jakie mieli potrzeby oraz jak się wtedy zachowywali (co robili, co mówili itp.).
D. Później uczestnicy wypisują, jak zachowywała się druga strona konfliktu (co mówiła, co robiła), jakie emocje i potrzeby mogły jej towarzyszyć.
E. Uczestnicy mają ponownie spojrzeć na przedmiot konfliktu oraz odczucia swoje i drugiej strony i zastanowić się:
    - czy dowiedzieli się czegoś o sobie i drugiej stronie konfliktu?
    - czy teraz zachowaliby się inaczej?
    - co mogliby jeszcze zrobić?
F. Uczestnicy odczytują swoje przemyślenia.

[20] www.biblioteki.org/dam/jcr:0dc5788f-66d0.../Docenic_konflikt_materialy_cz_II.pdf, (data dostępu: 04.06.2019)

G. Następnie prowadzący podsumowuje zadanie zwracając uwagę, że konflikty odbieramy i rozwiązujemy w zależności od tego, jak ten konflikt postrzegamy oraz co w danym momencie czujemy.

16. Ćwiczenie „Wprowadzenie do mediacji"

Cele:

- zdobycie wiedzy na temat mediacji;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania;
- rozwijanie kreatywności;
- rozwijanie umiejętności pracy w grupie;
- rozwijanie umiejętności przyjmowania perspektywy drugiej osoby.

Czas: 15 min

Formy pracy: grupowa

Metody: podająca, problemowa, praktyczna, eksponująca

Przebieg:

A. Prowadzący mówi czym jest mediacja, jakie są jej zasady, kto może brać w niej udział itp.

B. Następnie grupa podaje przykład sytuacji konfliktowej, która może zostać rozwiązana przez udział w mediacji.

C. Osoby chętne biorą udział w scence i próbują dojść do porozumienia.

D. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego z podkreśleniem pozytywnych aspektów mediacji.

17. Ćwiczenie „Rundka na zakończenie zajeć"

Cele:

- rozwijanie umiejętności wyrażania własnego zdania;
- rozwijanie umiejętności przekazywania informacji zwrotnych.

Czas: 5 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi, aby każdy z uczestników powiedział, co wynosi z zajęć.

B. Uczestnicy wypowiadają się na forum.

C. Prowadzący podsumowuje zadanie podkreślając, że każda informacja zwrotna jest wartościowa oraz dziękuje za udział w zajęciach.

ZAJĘCIA 3 (4h)

Praca jako wartość

Aranżacja przestrzeni: grupa siedzi w okręgu

Przebieg zajęć:

1. Przywitanie grupy i wprowadzenie do tematu zajęć. Prowadzący omawia tematykę zajęć. Czas: 5 min

2. Ćwiczenie „Rundka na rozpoczęcie zajęć ”

Cele:

- budowanie pozytywnej atmosfery zajęć;
- rozwijanie umiejętności wyrażania własnego zdania na forum;
- rozwijanie aktywnego słuchania;
- rozwijanie samoświadomości.

Czas: 5 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi aby każdy z uczestników dokończył zdanie:
   - *Na dzisiejsze zajęcia przychodzę z …*

B. Uczestnicy wypowiadają się na forum.

C. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego z podkreśleniem, że każda motywacja do podjęcia aktywności jest ważna.

3. Ćwiczenie „Moja definicja wartości”

Cele:

- nabywanie wiedzy na temat wartości z uwzględnieniem podziału na wartości materialne i duchowe;
- rozwijanie umiejętności wyrażania własnych emocji;
- rozwijanie umiejętności dyskutowania.

Czas: 10 min

Formy pracy: indywidualna, grupowa

Metody: problemowa, praktyczna, eksponująca

Materiały pomocnicze: małe karteczki, długopisy

Przebieg:

A. Uczestnicy na małych karteczkach zapisują swoje skojarzenia ze słowem wartość.
B. Następnie przyklejają je na tablicy, odczytują i wspólnie próbują ustalić definicję wartości.
C. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie, podkreślając, że każdy może mieć swoją definicję wartości, w zależności, co jest dla niego ważne.

4. Ćwiczenie „Moja piramida wartości"

Cele:

- nabywanie wiedzy o wartościach uniwersalnych;
- rozwijanie samoświadomości;
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie umiejętności nazywania własnych potrzeb;
- nabywanie wiedzy o współuczestnikach zajęć.

Czas: 20 min

Formy pracy: indywidualna, zbiorowa

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: załącznik 9

Przebieg:

A. Każdy z uczestników dostaję kartkę z piramidą podzielona na części (załącznik 9)
B. Następnie indywidualnie pisze rzeczy, które uważa za wartość, w odpowiednich polach piramidy. Na samym dole wpisuje wartości, które są dla niego bardzo ważne, stanowią podstawę, są trwałe. Na kolejnych polach umieszcza wartości ważne dla niego, a na samej górze wpisuje co jest dla niego ważne, ale bez czego mógłby sobie poradzić. (Na to jest też najmniej miejsca).
C. Uczestnicy na forum prezentują swoje odpowiedzi.
D. Prowadzący wspólnie z pozostałymi uczestnikami grupy próbuje wybrać wartości, które są uniwersalne, a które indywidualne. Uczestnicy odpowiadają na pytania:
    - jakie wartości są w życiu najbardziej cenione, co się najczęściej powtarza?

- dlaczego są one tak ważne?

E. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie podkreślając, że każdy ma swoją indywidualną hierarchię wartości.

5. Ćwiczenie „Praca jako wartość”

Cele:

- uświadomienie uczestnikom wartości pracy;
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie umiejętności dyskutowania.

Czas: 10 min

Formy pracy: grupowa

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Uczestnicy dyskutują na temat pracy jako wartości. Czy praca może być wartością? Czy dla nich praca jest wartością? Jeśli tak, to dlaczego, co praca im daje?

B. Podsumowanie ćwiczenie przez prowadzącego i zaznaczenie, że dla każdego praca ma inne znaczenie, inną wartość.

6. Ćwiczenie „Analiza SWOT mojej pracy”

Cele:

- nabywanie wiedzy o słabych i mocnych stronach pracy;
- rozwijanie umiejętności autorefleksji;
- rozwijanie kreatywności;
- rozwijanie umiejętności prezentowania i uzasadnienia swojego zdania;
- rozwijanie umiejętności wypowiadania się na forum grupy.

Czas: 20 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: załącznik 10

Przebieg:

A. Każdy z uczestników zajęć dostaje kartkę z tabelą (załącznik 10), na której wypisuje pozytywne, negatywne strony pracy oraz szanse i zagrożenia jakie są z nią związane.

B. Następnie prezentacja na forum.

C. Podsumowanie przez prowadzącego, że każda praca ma swoje pozytywne i negatywne strony.

7. Ćwiczenie „Gdzie szukać pracy?"

Cele:

- nabywanie wiedzy o sposobach poszukiwania pracy;
- rozwijanie umiejętności autorefleksji;
- rozwijanie wyobraźni;
- wzbudzanie motywacji do podejmowania nauki.

Czas: 15 min

Formy pracy: grupowa

Metody: problemowa, praktyczna

Przebieg:

A. Dyskusja na forum na temat pracy.

B. Uczestnicy podają znane im miejsca, gdzie mogą szukać pracy.

C. Weryfikacja wiedzy osadzonych z współczesnymi metodami poszukiwania pracy.

D. Prowadzący podaje aplikacje, strony internetowe itp., gdzie obecnie można szukać pracy.

8. Ćwiczenie „CV i list motywacyjny"

Cele:

- nabywanie wiedzy o zasadach przygotowywania CV i listu motywacyjnego;
- rozwijanie umiejętności pisarskich i edytorskich;
- wzbudzanie motywacji do samorozwoju;
- wzbudzanie autorefleksji.

Czas: 90 min

Formy pracy: indywidualna, zbiorowa

Metody: podająca, problemowa, praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący omawia z grupą elementy, które powinny być umieszczone w CV i liście motywacyjnym.

B. Wspólnie zapisują je na szarym papierze. Następnie każdy indywidualnie pisze swoje CV i przykładowy list motywacyjny do pracy, jaką chciałby mieć.

C. Następnie uczestnicy prezentują na forum swoje CV i list.

D. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie podkreślając, jak ważne jest dobrze przygotowane CV.

9. Ćwiczenie „Rozmowa kwalifikacyjna”

Cele:

- nabywanie wiedzy na temat zasad prowadzenia rozmowy kwalifikacyjnej;
- rozwijanie umiejętności interpretowania sytuacji;
- rozwijanie autoprezentacji;
- rozwijanie umiejętności komunikacyjnych;
- rozwijanie kreatywności;
- wzbudzanie samoświadomości.

Czas: 90 min

Formy pracy: grupowa, zbiorowa

Metody: podająca, problemowa, praktyczna, eksponująca

Przebieg:

A. Prowadzący wyjaśnia czym jest rozmowa kwalifikacyjna (jak może przebiegać, o co przyszły pracownik może zostać zapytany, jak należy się ubrać - w zależności od tego o jaką pracę się staramy, jak się zachowywać podczas rozmowy itp.)

B. Następnie prowadzący wspólnie z uczestnikami przeprowadza symulację przykładowej rozmowy kwalifikacyjnej.

C. Później uczestnicy sami przygotowują symulację takiej rozmowy (jeden z uczestników jest pracodawcą, a drugi stara się o pracę). Pozostałe osoby obserwują przebieg rozmowy. Po jej zakończeniu mówią, co według nich było dobrze, a co należałoby poprawić.

D. Na koniec uczestnicy mówią, jak się czuli, jakie pytania były dla nich trudne, kłopotliwe, czy było to dla nich stresujące itp.

E. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie podkreślając, jak ważne jest pierwsze wrażenie, jakie możemy zrobić podczas rozmowy kwalifikacyjnej i dlaczego należy się do niej dobrze przygotować.

10. Podsumowanie zajęć

Cele:

- rozwijanie umiejętności komunikacyjnych;
- wzbudzanie autorefleksji.

Czas: 5 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi, aby każdy z uczestników powiedział, z czym wychodzi z zajęć, co mu się podobało.
B. Uczestnicy wypowiadają się na forum.
C. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego z podkreśleniem, że każdy dostrzega inne korzyści z udziału w zajęciach oraz podziękowanie za udział w spotkaniu.

ZAJĘCIA 4 (4h)

Poczucie własnej odpowiedzialności

Aranżacja przestrzeni: grupa siedzi w okręgu

Przebieg zajęć:

1. Przywitanie grupy i wprowadzenie do tematu zajęć. Prowadzący omawia tematykę zajęć.
Czas: 5 min

2. Ćwiczenie „Rundka na rozpoczęcie zajęć”

Cele:

- budowanie pozytywnej atmosfery w grupie;
- rozwijanie umiejętności komunikacyjnych;
- rozwijanie umiejętności wypowiadania się na forum grupy.

Czas: 10 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi, aby każdy z uczestników opowiedział, jak minął mu tydzień i z czym przychodzi na zajęcia.
B. Uczestnicy wypowiadają się na forum.
C. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego i podkreślenie, że ważna jest każda motywacja do udziału w zajęciach.

3. Ćwiczenie „Moja definicja odpowiedzialności"

Cele:

- nabywanie wiedzy o odpowiedzialności i jej znaczeniu w życiu człowieka;
- rozwijanie kreatywności;
- rozwijanie umiejętności komunikacyjnych;
- wzbudzanie samoświadomości.

Czas: 35 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Każdy z uczestników na kartce zapisuje czym według niego jest odpowiedzialność.

B. Następnie uczestnicy piszą, co według nich oznacza:
   - odpowiedzialność za siebie,
   - odpowiedzialność za innych.

C. W dalszej kolejności uczestnicy piszą na kartkach czym dla nich jest odpowiedzialność prawna i moralna.

D. Uczestnicy na forum prezentują swoje definicje odpowiedzialności.

E. W dalszej części tego zadania uczestnicy podają swoją definicję braku odpowiedzialności.

F. Następnie wyjaśniają pojęcie nadodpowiedzialności (czy kiedyś się z tym spotkali, jak ją rozpoznać itp.)

G. Na końcu prowadzący podsumowuje zadanie podkreślając znaczenie odpowiedzialności i jej braku w życiu codziennym.

4. Ćwiczenie „Przyczyny nieodpowiedzialności"

Cele:

- nabywanie wiedzy o przyczynach braku odpowiedzialności;
- wzbudzanie autorefleksji;
- wzbudzanie motywacji do zmiany zachowania;
- rozwijanie współpracy w grupie;
- rozwijanie umiejętności przekonywania innych do własnych pomysłów;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania.

Czas: 25 min

Formy pracy: grupowa, zbiorowa

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Uczestnicy wspólnie z prowadzącym zastanawiają się i zapisują na kartce papieru, jakie mogą być przyczyny naszego braku odpowiedzialności.
B. Grupa zapisuje swoje pomysły z uwzględnieniem czynników zewnętrznych (np. nasze najbliższe otoczenie) i wewnętrznych (np. moje zachowanie, moja motywacja).
C. Prezentacja na forum.
D. Podsumowanie przez prowadzącego i podkreślenie, że różne mogą być przyczyny naszego nieodpowiedzialnego postępowania.

5. Ćwiczenie „Korzyści z bycia odpowiedzialnym”

Cele:

- nabywanie wiedzy na temat korzyści wynikających z bycia odpowiedzialnym;
- rozwijanie umiejętności współpracy z innymi;
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie kreatywności;
- rozwijanie wyobraźni.

Czas: 35 min

Formy pracy: grupowa

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Uczestnicy dzielą na dwuosobowe zespoły.
B. Każda para otrzymuje kartkę papieru i ma za zadanie wypisać 8-10 korzyści wynikających z bycia odpowiedzialnym.
C. Następnie jedna osoba z zespołu prezentuje na forum wyniki pracy. Uczestnicy wspólnie z prowadzącym wybierają korzyści, które najczęściej się powtarzają.
D. Na koniec prowadzący podsumowuje ćwiczenie podkreślając korzyści, jakie mamy z bycia odpowiedzialnym.

6. Ćwiczenie „Konsekwencje mojego braku odpowiedzialności”

Cele:

- nabywanie wiedzy o konsekwencjach wynikających z braku odpowiedzialności;
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie umiejętności wczuwania się w przeżycia innych;
- uświadomienie sobie sytuacji drugiej osoby;
- rozwijanie empatii;
- rozwijanie umiejętności krytycznego myślenia.

Czas: 40 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Każdy z uczestników indywidulanie na kartce zapisuje jakie są konsekwencje wynikające z ich braku odpowiedzialności:
   - dla nich samych;
   - dla ich najbliższych.

B. Każdy z uczestników prezentuje na forum swoje przykłady.

C. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie i podkreśla, że konsekwencje naszych czynów ponosimy my sami i nasi najbliżsi.

7. Ćwiczenie „Kończenie zdań”

Cele:

- poznanie opinii uczestników o ich podejściu do odpowiedzialności i jej braku;
- wzbudzanie autorefleksji;
- wzbudzanie motywacji do zmiany zachowania;
- rozwijanie umiejętności współodczuwania przeżyć innych osób;
- rozwijanie umiejętności wypowiadania się na forum.

Czas: 10 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi, aby każdy z uczestników dokończył zdanie:

- *Jestem odpowiedzialny gdy…*
- *Nieodpowiedzialnie zachowuję się kiedy…*
- *Konsekwencje moich czynów…*

B. Uczestnicy wypowiadają się na forum.

C. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego z podkreśleniem, że każda motywacja do podjęcia aktywności jest ważna.

8. Ćwiczenie „Odpowiedzialny – nieodpowiedzialny”

Cele:

- nabywanie wiedzy na temat zachowań świadczących o odpowiedzialności i braku odpowiedzialności;
- kształtowanie umiejętności prospołecznych;
- wzbudzanie autorefleksji;
- wzbudzanie motywacji do zmiany zachowań;
- rozwijanie umiejętności współpracy w grupie.

Czas: 25 min

Formy pracy: grupowa

Metody: problemowa, samodzielnego dochodzenia do wiedzy, praktycznych ćwiczeń

Materiały pomocnicze: załącznik 11

Przebieg:

A. Uczestnicy pracują w parach. Każda para otrzymuje pocięte karteczki (załącznik 11) z sytuacjami odnoszącymi się do zachowań świadczących o naszej odpowiedzialności i jej braku.

B. Uczestnicy prezentują wyniki swojej pracy na forum.

C. Prowadzący podsumowuje podkreślając, że jest wiele rzeczy, świadczących o naszej odpowiedzialności lub jej braku w życiu codziennym.

9. Ćwiczenie „Poczucie odpowiedzialności a moje potrzeby”

Cele:

- nabywanie wiedzy o zaspokajaniu potrzeb i ich związku z poczuciem odpowiedzialności;
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie umiejętności dokonywania wyborów;

- rozwijanie umiejętności wypowiadania się na forum grupy.

Czas: 25 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Prowadzący wyjaśnia, że poczucie odpowiedzialności wiąże się z potrzebami i ich zaspokajaniem.
B. Następnie każdy indywidualnie na kartce ryzuje zarys człowieka i wewnątrz zapisuje czego potrzebuje. Na zewnątrz wypisuje rzeczy bez których może żyć.
C. Każdy z uczestników omawia swoje potrzeby, zastanawiając się jak przekładają się one na poczucie odpowiedzialności i zachowania nieodpowiedzialne.
D. Prowadzący podsumowuje zadanie podkreślając, że nie wszystko, czego potrzebujemy jest nam tak naprawdę potrzebne i niezbędne.

10. Ćwiczenie „Rundka na zakończenie zajęć"

Cele:

- rozwijanie umiejętności wyrażania własnego zdania na forum grupy;
- wzmacnianie otwartości;
- rozwijanie umiejętności przekazywania informacji zwrotnej.

Czas: 5 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi, aby każdy z uczestników powiedział, co mu się podobało w zajęciach.
B. Uczestnicy wypowiadają się na forum.
C. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie, podkreśla, że każdy na prawo do wyrażania własnego zdani i dziękuje za udział w zajęciach.

ZAJĘCIA 5 (4h)

Poczucie własnej skuteczności.
Wykorzystanie nowych technologii w życiu codziennym

Aranżacja przestrzeni: grupa siedzi w okręgu

Część I Poczucie własnej skuteczności

Przebieg zajęć:

1. Prowadzący wita grupę i przedstawia temat zajęć.
Czas: 5 min

2. Ćwiczenie „Rundka na rozpoczęcie zajęć"

Cele:

- rozwijanie umiejętności komunikacyjnych;
- budowanie zaufania;
- wzbudzanie autorefleksji.

Czas: 10 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Przebieg:

A. Prowadzący prosi, aby każdy z uczestników opowiedział z czym przychodzi na zajęcia i co miłego spotkało go w ostatnim tygodniu.

B. Uczestnicy wypowiadają się na forum.

C. Podsumowanie wypowiedzi przez prowadzącego z zaznaczeniem, że to co nas spotyka ma wpływ na naszą motywację do podejmowania innych działań.

3. Ćwiczenie „Moja definicja własnej skuteczności"

Cele:

- Nabywanie wiedzy o poczuciu własnej skuteczności;
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie otwartości.

Czas: 15 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Każdy z uczestników na kartce zapisuje, co dla niego oznacza „poczucie własnej skuteczności", z czym mu się to kojarzy.
B. Następnie każdy na forum prezentuje swoje odpowiedzi.
C. Na koniec uczestnicy wspólnie z prowadzącym wybierają odpowiedzi najczęściej się powtarzające i wspólnie definiują pojęcie własnej skuteczności.
D. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie podkreślając, że każdy może mieć swoją własną definicję.

4. Ćwiczenie „Dokończenie zdań"

Cele:

- rozwijanie umiejętności wyrażania swojego zdania na forum grupy;
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie umiejętności krytycznego podejścia do własnego postępowania.

Czas: 10 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Prowadzący prosi, aby uczestnicy na kartce dokończył następujące zdania:
   - *Jestem skuteczny, kiedy…*
   - *Moje działania nie dochodzą do skutku, ponieważ…*
   - *Czasem poddaję się bo…*
B. Uczestnicy na forum prezentuje swoje wypowiedzi.
C. Prowadzący podsumowuje zadanie zaznaczając, że każdy ma inną motywację do podejmowania działań.

5. Ćwiczenie „Poczucie własnej skuteczności na co dzień"

Cele:

- nabywanie wiedzy w zakresie poczucia własnej skuteczności;

- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie umiejętności prezentacji swojej pracy.

Czas: 30 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Każdy z uczestników indywidualnie na kartce opisuje sytuację, w której:
   - osiągną swój cel (co to było, jak mu się to udało, jak się wtedy czuł itp.);
   - nie udało mu się dokończyć zaplanowanego działania (dlaczego tak się stało, czy osiągnięcie celu było zależne tylko od niego czy również od innych osób, co wtedy czuł, czy teraz zrobiłby coś inaczej, jeśli tak, to co itp.)

B. Uczestnicy na forum prezentują wyniki swojej pracy.

C. Prowadzący podsumowuje zadanie, podkreślając, że zawsze warto próbować realizować swoje cele.

6. Ćwiczenie „Co mi pomaga, co mi przeszkadza”

Cele:

- nabywanie wiedzy o czynnikach utrudniających osiąganie własnych celów;
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie umiejętności współpracy w grupie.

Czas: 20 min

Formy pracy: grupowa

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Uczestnicy dzielą się na dwuosobowe zespoły.

B. W parach, na kartce zapisują czynniki zewnętrzne i wewnętrzne, które mogą pomóc lub przeszkodzić im w osiągnięciu zamierzonego celu.

C. Uczestnicy prezentują na forum swoje przykłady.

D. Prowadzący podsumowuje zadanie podkreślając, że uczestnicy nie na wszystko mają wpływ, ale bardzo dużo zależy od ich postawy i motywacji.

7. Ćwiczenie „Moja refleksja”

Cele:

- nabywanie wiedzy o osiąganiu zamierzonych celów;
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie umiejętności nazywania i wyrażania emocji;
- rozwijanie samoświadomości.

Czas: 30 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: problemowa, praktyczna

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy

Przebieg:

A. Uczestnicy indywidualnie na kartkach zapisują swoje odpowiedzi na następujące pytania:
   - Jak często w przeszłości wykonywali zadania przekraczające ich możliwości fizyczne lub psychiczne? Czy teraz np. też podjęliby się wykonania tego zadania?
   - Jak często osoby trzecie utrudniały im realizację określonych celów i dlaczego to robiły?
   - Jak często czuli, że coś im się udało, osiągnęli sukces?
   - Czy obawiają się, że po opuszczeniu zakładu karnego będzie im ciężko realizować swoje cele, plany? Jeśli tak, to dlaczego?

B. Uczestnicy odczytują swoje odpowiedzi.

C. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie zaznaczając, że zawsze warto próbować, a niepowodzenia zdarzają się każdemu.

8. Ćwiczenie „Osiąganie celów”

Cele:

- nabywanie wiedzy na temat etapów osiągania celów;
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania;
- wzbudzanie autorefleksji;
- motywowanie do zmiany;
- rozwijanie samoświadomości;
- rozwijanie umiejętności osiągania celów w sposób zadaniowy.

Czas: 25 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: podająca, problemowa, praktycznych ćwiczeń

Materiały pomocnicze: kartki, długopisy, załącznik 12[21]

Przebieg:

A. Prowadzący omawia schemat dotyczący osiągania celów (załącznik 12).
B. Następnie, na jego podstawie każdy z uczestników na kartce w taki sam sposób rozpisuje jeden wybrany przez siebie cel, który chciałby osiągnąć (np. nauka języka obcego, kurs na prawo jazdy, zdobycie zawodu itp.).
C. Uczestnicy prezentują na forum swoje odpowiedzi.
D. Podsumowanie ćwiczenia przez prowadzącego i podkreślenie, że warto cele planować i realizować małymi krokami.

Część II Nowe technologie w życiu codziennym

9. Ćwiczenie „Prezentacja autorskich filmików i rozmowa na temat ich wykorzystania”

Cele:

- nabywanie wiedzy o urządzeniach elektronicznych;
- rozwijanie wyobraźni;
- wzbudzanie autorefleksji;
- uświadomienie sobie zmian, jakie zachodzą w społeczeństwie;
- wzmacnianie motywacji do podejmowania nauki w zakresie obsługi urządzeń elektronicznych.

Czas: 80 min

Formy pracy: zbiorowa

Metody: podająca, problemowa

Materiały pomocnicze: komputer, filmiki

Przebieg:

A. Prowadzący prezentuje uczestnikom autorskie filmiki przedstawiające obsługę urządzeń elektronicznych, z którymi uczestnicy zajęć mogą się zetknąć po opuszczeniu zakładu karnego.
B. Filmiki pokazują obsługę takich urządzeń jak:

[21] Schemat cyklicznego przechodzenia przez etapy zmian. Connors G.J., DiClemente C.C., Velasquez M.M., Donowan D.M. (2015). *Etapy zmian w terapii uzależnień. Wybór i planowanie interwencji*, Kraków. Wydawnictwo UJ, s. 27.

- bankomat;
- wpłatomat;
- paczkomat;
- parkometr;
- biletomat w autobusie;
- biletomat „wolnostojący”.

C. Po zakończeniu projekcji filmików uczestnicy rozmawiają na temat wykorzystania tych urządzeń w życiu codziennym. Odpowiadają m.in. na takie pytania:
- Czy posiadają/ posiadali kartę bankomatową?
- Jakie są ich doświadczania związane z korzystaniem z takich urządzeń?
- Jak radzą sobie z ich obsługą?
- Czy po wyjściu z zakładu karnego będą się obawiać obsługi takich urządzeń? Jeśli tak, to czego najbardziej?
- W sytuacji, kiedy nie będą potrafili sobie poradzić z ich obsługą, będą mieli odwagę poprosić kogoś o pomoc np. przy zakupie biletu?
- Jak według nich te urządzenia wpływają na życie ludzi? Ułatwiają czy utrudniają życie codzienne?
- Co zrobić w sytuacji, kiedy urządzenie będzie popsute np. bankomat wciągnie naszą kartę?

D. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie podkreślając, że z urządzeniami elektronicznymi spotykamy się na co dzień i umiejętność korzystania z nich może być bardzo pomocna.

10. Ćwiczenie „Rundka na zakończenie zajęć i podsumowanie programu”

Cele:
- wzbudzanie autorefleksji;
- rozwijanie umiejętności przekazywania informacji zwrotnych;
- wzbudzanie samoświadomości.

Czas: 30 min

Formy pracy: indywidualna

Metody: praktycznych ćwiczeń

Przebieg:

A. Prowadzący prosi, aby każdy z uczestników powiedział czy dowiedział się lub nauczył czegoś nowego oraz wypowiedział się na temat wszystkich zajęć (co im się podobało, co według niego nie było potrzebne).
B. Uczestnicy wypowiadają się na forum.
C. Podsumowanie wypowiedzi uczestników i podkreślenie, że każda ich wypowiedź jest cenna i każdy ma prawo do wyrażania swojej opinii.

Po zakończeniu wszystkich zajęć każdy z uczestników otrzymał dyplom w podziękowaniu za udział w programie (załącznik nr 14).

Bibliografia:

Connors G.J., DiClemente C.C., Velasquez M.M., Donowan D.M., *Etapy zmian w terapii uzależnień. Wybór i planowanie interwencji*. Kraków 2015.

Okoń W., *Wprowadzenie do dydaktyki ogólnej*, Warszawa 1998.

Woźniak A., *Metody radzenia sobie ze stresem - scenariusz zajęć wychowawczych w klasach gimnazjalnych,* Internet: http://www.edukacja.edux.pl/p-12137-metody-radzenia-sobie-ze-stresem-scenariusz.php, (dostęp z dnia: 02.02.2019).

Źródła internetowe:

www.biblioteki.org/dam/jcr:0dc5788f-66d0.../Docenic_konflikt_materialy_cz_II.pdf, (dostęp z dnia: 04.06.2019)

http://www.pomocpsychoterapeuta.pl/?p=551, (dostęp z dnia 02.02.2019)

Aneks do autorskiego programu readaptacji społecznej

Załącznik 1

Ćwiczenie „Przedstawienie się prowadzącego i uczestników zajęć”

JAKIE JEST TWOJE NAJWIĘKSZE MARZENIE?
JAKA JEST TWOJA WADA?
JAKA JEST MIŁA RZECZ, KTÓRĄ O SOBIE USŁYSZAŁEŚ?
JAKI DZIEŃ BYŁ NAJGORSZY W TWOIM ŻYCIU?
CO LUBISZ W INNYCH LUDZIACH?
CO CIĘ DENERWUJE/ PRZESZKADZA U INNYCH?
RZECZ, KTÓREJ NIGDY NIE ROBIŁEŚ/ WIDZIAŁEŚ
BOJĘ SIĘ...
NIGDY NIE ODWAŻĘ SIĘ NA...

Załącznik 2

Prezentacja multimedialna **Porozumienie Bez Przemocy**- płyta CD

Załącznik 3

Ćwiczenie „Porozumiewaj się jak żyrafa"

1. Podczas spaceru ktoś Cię popchną i upadłeś.
Język szakala: Uważaj, jak chodzisz! co Ty robisz!
Język żyrafy:

2. Dwóch kolegów miało się spotkać po pracy na boisku/ na siłowni, ale jeden z nich nie przyszedł.
Język szakala: Jak mogłeś nie przyjść!
Język żyrafy:

3. Rodzic krzyczy na dziecko, że ma bałagan w pokoju i żeby go posprzątał. Dziecko odpowiada:
Język szakala: To mój pokój i mój bałagan!
Język żyrafy:

4. Tata widzi, że syn zostawił w garażu spory bałagan i chce żeby go posprzątał. Syn odpowiada:
Język szakala: Nie będę niczego sprzątać! To nie mój garaż!
Język żyrafy:

5. Słuchasz głośno muzyki w swoim pokoju i przeszkadza to Twojej siostrze/ Twojemu bratu, który/która prosi Cię o jej wyłączenie bo musi pracować w skupieniu.
Język szakala: W moim pokoju mogę słuchać tego, co chce i jak głośno chcę!
Język żyrafy:

6. Sąsiad zepsuł piłę, którą od Ciebie pożyczył.
Język szakala: Jak mogłeś to zepsuć?!
Język żyrafy:

7. Chcesz pożyczyć od dobrego znajomego samochód.
Język szakala: Daj mi samochód na jutro.
Język żyrafy:

8. Oglądasz swój ulubiony serial, kiedy żona/ partnerka zmienia Ci kanał telewizyjny.
Język szakala: Przełącz to, to nie twój pilot ani telewizor!
Język żyrafy:

9. Dostałeś upomnienie w pracy bo zostałeś niesłusznie oskarżony przez pracodawcę o notoryczne spóźnianie się do pracy.
Język szakala: Nie spóźniam się do pracy. Oszukujecie!
Język żyrafy:

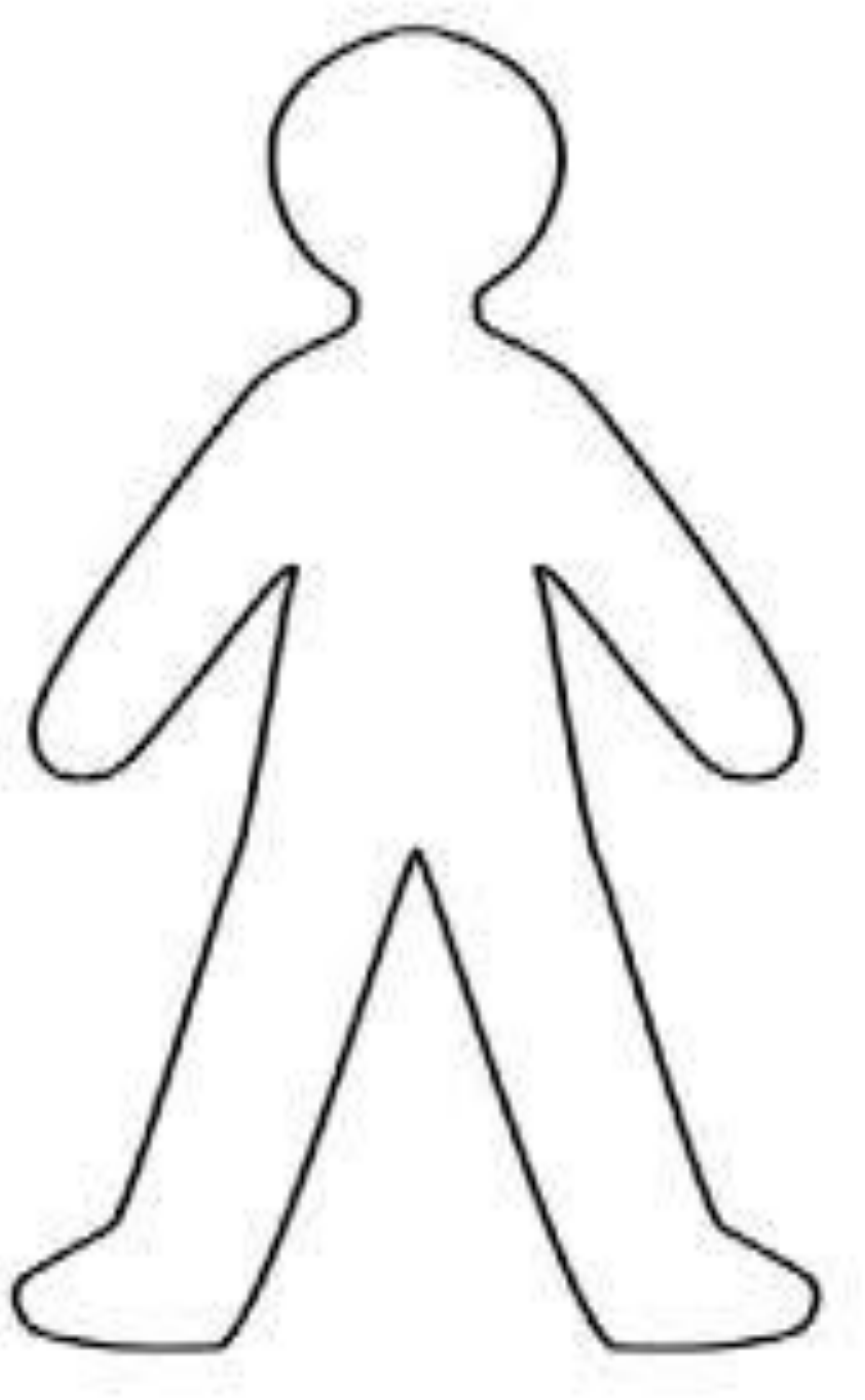
10. Przyjaciel prosi Cię o pomoc w porządkach na działce.
Język szakala: Nie będę nic robić, to nie moja działka i nie mój bałagan.!
Język żyrafy:

Załącznik 4
Ćwiczenie „Moja reakcja"

Dziecko chce, żebyś się z nim pobawił.
Dziecko w supermarkecie chce konkretną rzecz, zaczyna krzyczeć i płakać.
Partnerka prosi Cię o zrobienie zakupów i posprzątanie mieszkania.
Dziecko prosi o pomoc w odrobieniu pracy domowej.
Szef każe Ci zostać po godzinach.
Kolega z pracy chce zamienić się na zmiany.

Załącznik 5

Ćwiczenie „Stres- co to takiego?”



Załącznik 6

Ćwiczenie „Objawy stresu"

Szybsze bicie serca	Ból głowy	Brak apetytu
Suchość w ustach	Nudności	Podjadanie
Duszności	Pocenie rąk	Pobudzenie
Większa aktywność	Chęć do działania	Złość, agresja
Brak poczucia kontroli nad sobą	Sięganie po używki	Konflikty, kłótnie

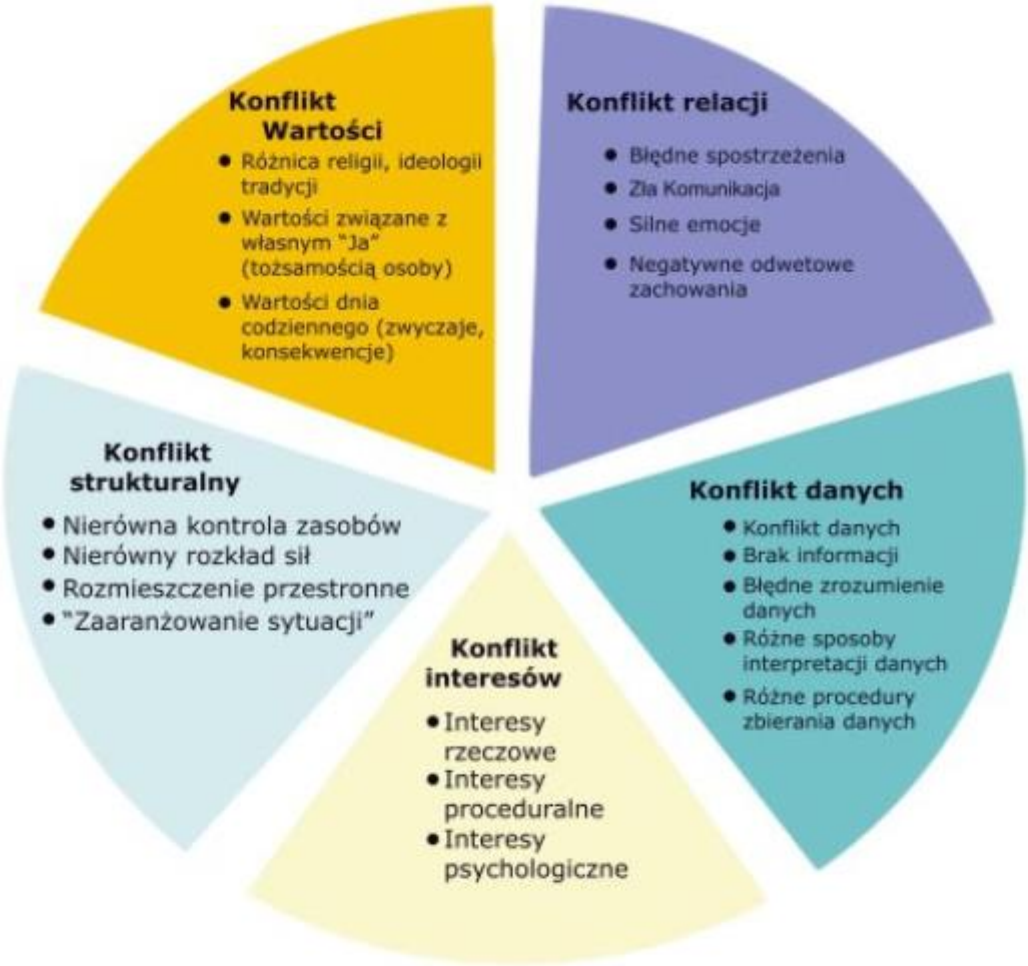
Załącznik 7

Ćwiczenie „Wychodzenie z sytuacji stresowych"

Małżeństwo rozwodzi się po blisko 10 latach bycia razem
Pokłóciłeś się ze swoim dobrym kolegą
Nie znalazłeś wolnego miejsca na parkingu pod supermarketem, a koniecznie musisz zrobić zakupy
Zostałeś zwolniony z pracy
Otrzymałeś bardzo duży rachunek do zapłaty
Twoje dziecko pokłóciło się ze swoim najlepszym kolegą z klasy
W dniu swojego ślubu dowiedziałeś się, że twoja partnerka Cię zdradziła

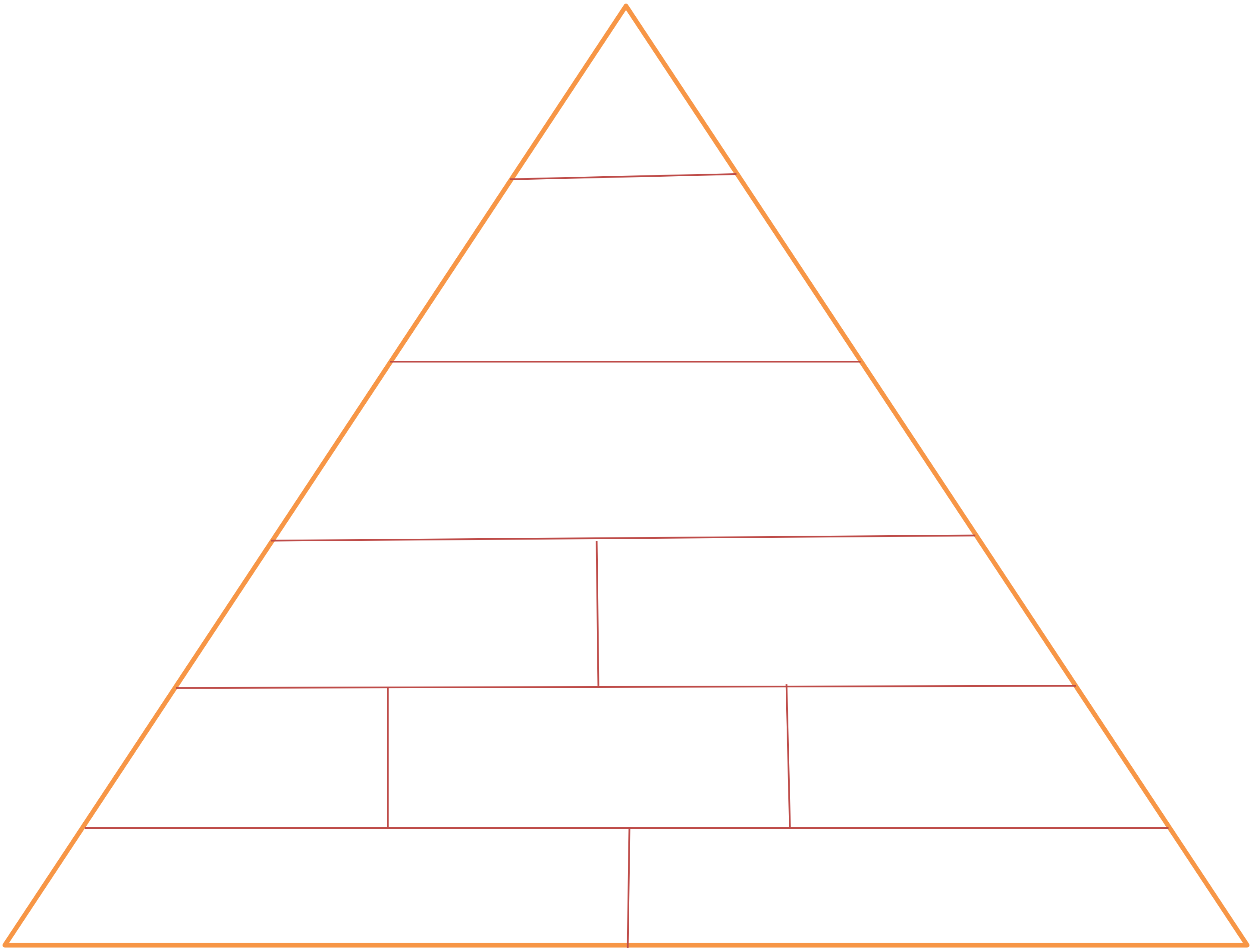
Załącznik 8

Ćwiczenie Koło konfliktów Moore'a



Załącznik 9

Ćwiczenie „Moja piramida wartości”



Załącznik 10

Ćwiczenie „Analiza SWOT mojej pracy"

Szanse	**Mocne strony**
Zagrożenia	**Słabe strony**

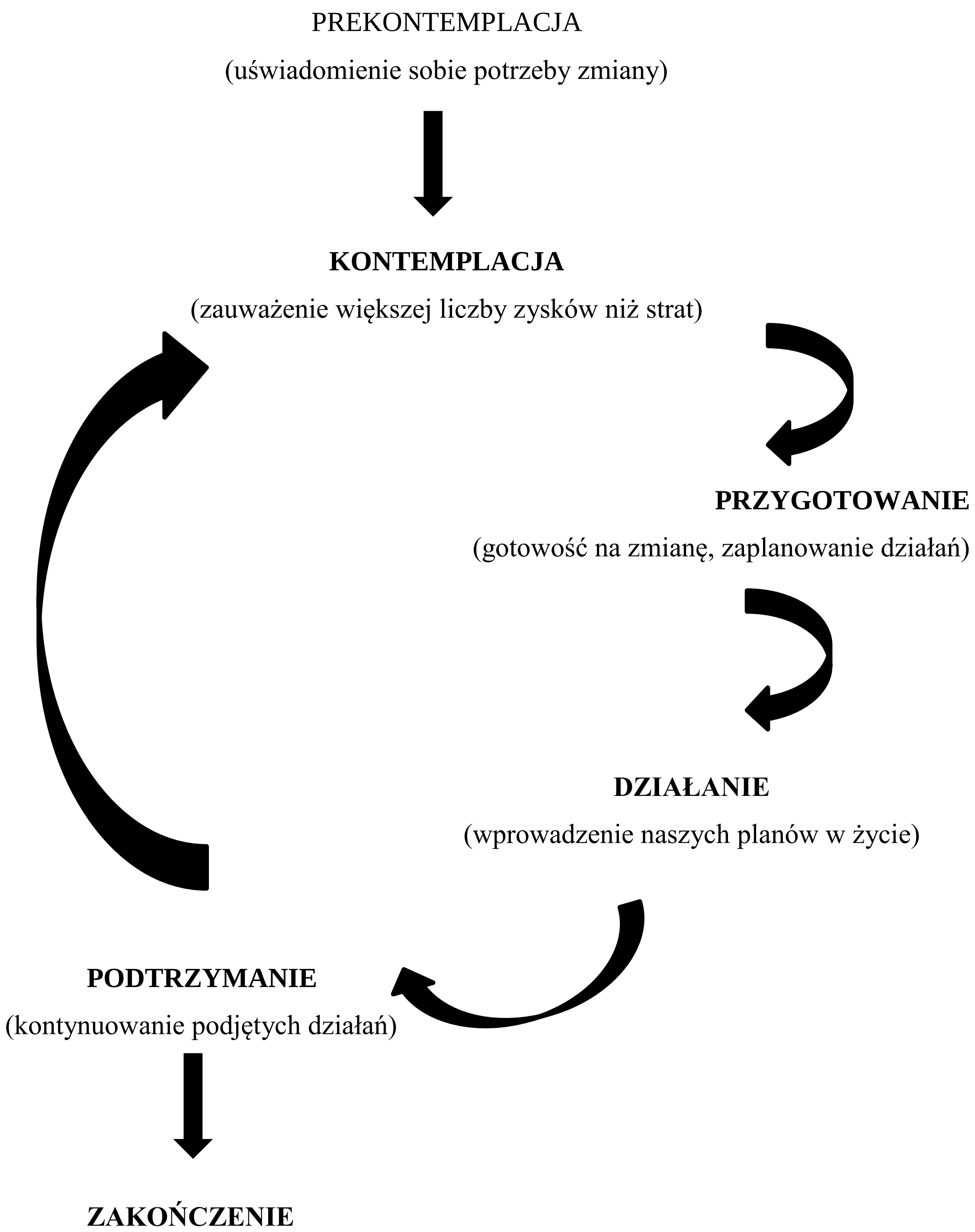
Załącznik 11

Ćwiczenie „Odpowiedzialny – nieodpowiedzialny”

Jeżdżę bez biletu	Płacę rachunki
Nigdy nie zostawiłbym dziecka bez opieki	Przekraczam prędkość
Segreguję śmieci	Często spóźniam się do pracy
Podnoszę swoje kwalifikacje	Dbam o swoje zdrowie
Na bieżąco śledzę zmiany w prawie, które mnie dotyczą	Pomagam dziecku w lekcjach
Zdrowo się odżywiam	Do dentysty chodzę, kiedy bolą mnie zęby
Pomagam kolegom, jak mnie o to proszą	Kiedy postanowię coś zrobić to zawsze obmyślam sposób działania
Nie oddaję pożyczonych rzeczy	Chodzę po zmroku bez odblasków

Załącznik 12

Ćwiczenie „Osiąganie celów”



Załącznik 13

Autorskie filmiki –płyta CD

Załącznik nr 14

DYPLOM

dla

. . . .

W podziękowaniu za udział w programie

readaptacji społecznej osób skazanych

…………………
miejsce i data

………………………………
imię i nazwisko prowadzącego

Załącznik nr 2

Kwestionariusz umiejętności komunikacyjnych oraz umiejętności dotyczących życia codziennego

Metryczka:

1. **Wiek**………….

2. **Miejsce zamieszkania**

   a) miasto
   b) wieś

3. **Wykształcenie**

   a) podstawowe
   b) gimnazjalne
   c) średnie
   d) zawodowe
   e) wyższe

4. **Obecna długość kary w zk**………

5. **Stan cywilny:**

   a) samotny
   b) żonaty
   c) rozwiedziony
   d) wdowiec
   e) konkubent

6. **System odbywania kary**

   a) zwykły
   b) terapeutyczny
   c) programowanego oddziaływania

7. Typ zakładu karnego

   a) otwarty
   b) półotwarty
   c) zamknięty

8. Czy ma Pan dzieci?

   a) tak (ile)………………….
   b) nie

9. Gdzie wróci Pan po opuszczeniu zk?

   a) do własnego domu/ mieszkania
   b) do rodziców
   c) do znajomych
   d) wynajmę coś
   e) nie mam gdzie wrócić
   f) inne……………………

Proszę o zapoznanie się z poniższymi stwierdzeniami i ustosunkowanie się do nich, zaznaczając odpowiednią cyfrę na pięciostopniowej skali, (gdzie: 1- zdecydowanie tak, 2- raczej tak, 3- nie wiem, 4- raczej nie, 5- zdecydowanie nie)

1. Potrafię odczytywać komunikaty niewerbalne innych ludzi	1 2 3 4 5
2. Potrafię z uwagą słuchać drugiej osoby	1 2 3 4 5
3. Potrafię otwarcie wyrażać swoje potrzeby	1 2 3 4 5
4. Potrafię szczerze mówić o swoich emocjach	1 2 3 4 5
5. Zdarza mi się unikać odpowiedzi na pytania rozmówcy	1 2 3 4 5
6. Kiedy, ktoś mnie nie słucha zaczynam się denerwować	1 2 3 4 5
7. Potrafię powstrzymać się od używania gróźb podczas rozmowy	1 2 3 4 5
8. Nie krytykuję innych podczas rozmowy	1 2 3 4 5
9. Zdarza mi się zarzucić rozmówcę dużą liczbą pytań	1 2 3 4 5
10. Zdarza mi się pouczać mojego rozmówcę	1 2 3 4 5
11. Potrafię stanąć w obronie drugiej osoby, podczas rozmowy	1 2 3 4 5
12. Potrafię wyrazić pochwałę dla mojego rozmówcy	1 2 3 4 5
13. Potrafię powstrzymać się od moralizowania innych w czasie rozmowy	1 2 3 4 5
14. Nie lekceważę osoby, z którą rozmawiam	1 2 3 4 5

1. **Proszę określić w jakim stopniu będzie Pan potrzebował pomocy, wsparcia ze strony niżej wymienionych osób, (gdzie 1- nie będę potrzebował wsparcia 5 będę potrzebował dużego wsparcia).**

a) prawnika	1 2 3 4 5
b) pracownika socjalnego	1 2 3 4 5
c) kuratora sądowego	1 2 3 4 5
d) psychologa	1 2 3 4 5
e) księdza	1 2 3 4 5
f) mediatora	1 2 3 4 5
g) lekarza	1 2 3 4 5
h) inne…………………..	1 2 3 4 5

2. **W jakim stopniu potrafi Pan…**(postaw X w wybranym polu)

	1- zdecydowanie tak	2- raczej tak	3- raczej nie	4- zdecydowanie nie
napisać CV/ list motywacyjny?				
szukać pracy?				
wypełnić PIT?				
obsłużyć biletomat, parkomat, bankomat itp.?				
korzystać z komputera i szukać informacji w Internecie?				
dokonać rezerwacji biletu (np. na autobus, pociąg, do kina)				
radzić sobie ze stresem?				
osiągać zamierzone cele?				
rozwiązywać sytuacje konfliktowe?				
*rozmawiać ze swoimi dziećmi?				

*odpowiadają tylko osoby, które mają dzieci

3. **Dokończ zdania:**

- Po opuszczeniu zk będę mógł…………………………………………………..
- Obawiam się opuszczenia zk, ……………………………………………………
- Opuszczenie zk…………………………………………………………………..
- Po opuszczeniu zk chciałbym……………………………………………………

Załącznik nr 3 – Kwestionariusz informacji zwrotnych

Proszę ocenić udział w zajęciach oraz sposób ich przygotowania i prezentowane treści.

Proszę Pana o ustosunkowanie się do podanych twierdzeń na pięciostopniowej skali, gdzie:

1- zdecydowanie się nie zgadzam; 2- raczej się nie zgadzam; 3 - nie wiem; 4 – raczej się zgadzam; 5 – zdecydowania się zgadzam

1. Udział w zajęciach pozwolił mi rozwinąć nowe umiejętności

1 2 3 4 5

2. Dzięki udziałowi w zajęciach nabyłem nową wiedzę

1 2 3 4 5

3. Omawiane tematy były dla mnie ciekawe

1 2 3 4 5

4. Prowadzący podczas zajęć wykazał się dużą wiedzą merytoryczną

1 2 3 4 5

5. Prowadzący przekazywał omawiane treści w sposób zrozumiały

1 2 3 4 5

6. Prowadzący miał do mnie pozytywne nastawienie

1 2 3 4 5

Dokończ zdania:

a) podczas zajęć zabrakło mi…………………………………………........................

b) chciałbym zmienić…………………………………………………………………

c) najbardziej podobało mi się…………………………………………………….

Moje uwagi do udziału w programie:……………………………………………..